

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
« 21 » сентября 2023 г.
_____ В.В. Абрамова

Вопросы к экзамену
по дисциплине «Гимнастика и методика преподавания»
для студентов III курса очной формы обучения
направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая
культура»; 7.49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная тренировка»

1. Значение и методические особенности гимнастики.
2. Средства гимнастики, краткая характеристика.
3. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
4. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
5. Характеристика спортивных видов гимнастики.
6. Гимнастика в древнем мире и в средние века.
7. Национальные системы гимнастики.
8. Гимнастика в дореволюционной России.
9. Развитие гимнастики в советское время.
10. Строевые упражнения, их классификация и значение. Основные понятия строевых упражнений.
11. Строевые приемы. Размыкания и смыкания. Техника выполнения и методика обучения.
12. Построения и перестроения. Техника выполнения и методика обучения.
13. Передвижения. Техника выполнения и методика обучения.
14. Значение гимнастической терминологии и требования, предъявляемые к ней. Классификация терминов (с приведением примеров). Способы образования терминов.
15. Правила записи отдельных групп упражнений и правила сокращений в гимнастической терминологии.
16. Термины ОРУ (с применением графической формы записи).
17. Термины акробатических упражнений.
18. Термины упражнений на снарядах.
19. Причины травматизма и меры его профилактики на занятиях гимнастикой.
20. Гимнастический инвентарь и гимнастические снаряды. Применение, установка и эксплуатация.
21. Санитарно-гигиенические требования к местам занятий гимнастикой.
22. Значение и классификация ОРУ. Требования, предъявляемые к преподавателю, проводящему ОРУ.
23. Методы проведения и способы обучения ОРУ. Типовая схема составления комплекса ОРУ для подготовительной части урока
24. Развитие силы и гибкости с помощью ОРУ.
25. Формы занятий гимнастикой.
26. Характеристика урока как ведущей формы занятий гимнастикой в школе. Задачи и средства урока по гимнастике в школе.
27. Плотность урока, ее разновидности и методические приемы повышения в рамках урока гимнастической направленности.
28. Методика проведения отдельных частей урока по гимнастике (подготовительной, основной, заключительной).
29. Классификации гимнастических упражнений (упражнений на гимнастических снарядах). Характеристика силовых упражнений.

30. Характеристика маховых упражнений. Структура маховых упражнений (с приведением примеров).
31. Характеристика, значение и классификация опорных прыжков. Особенности обучения опорным прыжкам и организация занятий.
32. Характеристика, значение, особенности обучения и организация занятий на коне с ручками.
33. Характеристика, значение и классификация упражнений на бревне. Особенности обучения и организации занятий на бревне упражнений на бревне.
34. Характеристика и значение вольных упражнений. Особенности обучения и организация занятий при выполнении вольных упражнений.
35. Характеристика и значение упражнений на перекладине. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на перекладине.
36. Характеристика и значение упражнений на параллельных брусьях. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на параллельных брусьях.
37. Характеристика и значение упражнений на разновысоких брусьях. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на разновысоких брусьях.
38. Характеристика, значение и квалификация прикладных упражнений. Особенности обучения и применения прикладных упражнений.
39. Задачи, организация и содержание занятий гимнастики в школе.
40. Планирование учебной работы по гимнастике в школе и учет успеваемости учащихся.
41. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в младших классах.
42. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в средних классах.
43. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в старших классах.
44. Значение и виды соревнований по гимнастике.
45. Состав судейской коллегии соревнований по гимнастике. Права и обязанности судей. Работа секретариата, отчетная документация
46. Методика и техника судейства. Классификация ошибок и их учет в оценке.
47. Организация и проведение массовых соревнований по гимнастике.
48. Техника выполнения и методика обучения лазанию по канату в два и в три приема.
49. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку ноги врозь.
50. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку боком.
51. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку согнув ноги.
52. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку углом с косога разбега.
53. Техника выполнения и методика обучения подъему переворотом махом одной толчком другой, толчком двумя, силой.
54. Техника выполнения и методика обучения размахиваниям изгибами, размахиваниям в висе на перекладине.
55. Техника выполнения и методика обучения обороту вперед верхом и обороту назад прогнувшись из упора на перекладине.
56. Техника выполнения и методика обучения размахиваниям в упоре, в упоре на руках на параллельных брусьях.
57. Техника выполнения и методика обучения равновесию на правой (левой) на бревне.
58. Техника выполнения и методика обучения вскоку на бревно в упор присев на одной, другая в сторону, в упор стоя согнувшись ноги врозь (продольно), соскоку с бревна прогнувшись махом вперед-в сторону (поперек), соскоку переворотом боком с приземлением на две ноги лицом к снаряду
59. Техника выполнения и методика обучения кувырку вперед, кувырку вперед в стойку на лопатках.
60. Техника выполнения и методика обучения кувырку назад.
61. Техника выполнения и методика обучения «мосту» из разных исходных положений.
62. Техника выполнения и методика обучения стойке на руках и голове, стойке на руках
63. Техника выполнения и методика обучения перевороту в сторону («колесу»).

64. Техника выполнения и методика обучения отдельным фазам опорного прыжка.
65. Техника выполнения и методика обучения подъему разгибом из виса на перекладине.
66. Техника выполнения и методика обучения подъему махом назад из упора на руках на параллельных брусьях.
67. Техника выполнения и методика обучения соскоку махом назад из упора на параллельных брусьях и из виса на перекладине.
68. Характеристика и классификация упражнений художественной гимнастики.
69. Особенности обучения упражнениям художественной гимнастики с предметами и без предметов.

Рекомендуемая литература:

1. Абрамова В.В., Батуева Л.А. Гимнастика и методика преподавания. Курс лекций. Учеб. пос. для студ. ФФК ВУЗов. В трех частях. – Тирасполь, 2006, 2007, 2009.
2. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: КНОРУС, 2013. – 312 с. – (Бакалавриат).
3. Гимнастика: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
4. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2000.
5. Художественная гимнастика в школе: Учебно-методическое пособие /Сост.: Т.В. Романюк, Е.С. Абрамова. – Тирасполь: Изд-во Приднестр. ун-та, 2011. – 96 с.

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
« 21 » сентября 2023 г.

_____ В.В. Абрамова

Вопросы к экзамену
по дисциплине «**Гимнастика и методика преподавания**»
для студентов III курса заочной формы обучения
направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая
культура»; 7.49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная тренировка»

**Вопросы к экзамену по дисциплине
«Гимнастика и методика преподавания» для студентов 3 курса (5 семестр)**

1. Значение и методические особенности гимнастики.
2. Значение и классификация ОРУ. Требования, предъявляемые к преподавателю, проводящему ОРУ.
3. Средства гимнастики, краткая характеристика.
4. Методы проведения и способы обучения ОРУ. Типовая схема составления комплекса ОРУ для подготовительной части урока
5. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
6. Развитие силы и гибкости с помощью ОРУ.
7. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
8. Формы занятий гимнастикой.
9. Характеристика спортивных видов гимнастики.
10. Характеристика урока как ведущей формы занятий гимнастики в школе. Задачи и средства урока по гимнастике в школе.
11. Плотность урока, ее разновидности и методические приемы повышения в рамках урока физической культуры гимнастической направленности.
12. Гимнастика в древнем мире и в средние века.
13. Плотность урока, ее разновидности и методические приемы повышения в рамках урока гимнастической направленности.
14. Национальные системы гимнастики.
15. Методика проведения отдельных частей урока по гимнастике (подготовительной, основной, заключительной).
16. Гимнастика в дореволюционной России.
17. Классификации гимнастических упражнений (упражнений на гимнастических снарядах). Характеристика силовых упражнений.
18. Развитие гимнастики в советское время.
19. Характеристика маховых упражнений. Структура маховых упражнений (с приведением примеров).
20. Строевые упражнения, их классификация и значение. Основные понятия строевых упражнений.
21. Характеристика, значение и классификация опорных прыжков. Особенности обучения опорным прыжкам и организация занятий.
22. Строевые приемы. Размыкания и смыкания. Техника выполнения и методика обучения.
23. Характеристика, значение, особенности обучения и организация занятий на коне с ручками.
24. Построения и перестроения. Техника выполнения и методика обучения.

25. Характеристика, значение и классификация упражнений на бревне. Особенности обучения и организации занятий на бревне упражнений на бревне.
26. Передвижения. Техника выполнения и методика обучения.
27. Характеристика и значение вольных упражнений. Особенности обучения и организация занятий при выполнении вольных упражнений.
28. Значение гимнастической терминологии и требования, предъявляемые к ней. Классификация терминов (с приведением примеров). Способы образования терминов.
29. Правила записи отдельных групп упражнений и правила сокращений в гимнастической терминологии.
30. Термины ОРУ (с применением графической формы записи).
31. Термины акробатических упражнений.
32. Термины упражнений на снарядах.
33. Причины травматизма и меры его профилактики на занятиях гимнастикой.
34. Гимнастический инвентарь и гимнастические снаряды. Применение, установка и эксплуатация.
35. Санитарно-гигиенические требования к местам занятий гимнастикой.
36. Характеристика и значение упражнений на перекладине. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на перекладине.
37. Характеристика и значение упражнений на параллельных брусьях. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на параллельных брусьях.
38. Характеристика и значение упражнений на разновысоких брусьях. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на разновысоких брусьях.
39. Характеристика, значение и квалификация прикладных упражнений. Особенности обучения и применения прикладных упражнений.
40. Задачи, организация и содержание занятий гимнастики в школе.
41. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в младших классах.
42. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в средних классах.
43. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в старших классах.
44. Значение и виды соревнований по гимнастике.
45. Методика и техника судейства. Классификация ошибок и их учет в оценке.
46. Организация и проведение массовых соревнований по гимнастике.
47. Техника выполнения и методика обучения лазанию по канату в два и в три приема.
48. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку ноги врозь.
49. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку боком.
50. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку согнув ноги.
51. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку углом с косога разбега.
52. Техника выполнения и методика обучения подъему переворотом махом одной толчком другой, толчком двумя, силой.
53. Техника выполнения и методика обучения размахиваниям изгибами, размахиваниям в висе на перекладине.
54. Техника выполнения и методика обучения размахиваниям в упоре, в упоре на руках на параллельных брусьях.
55. Техника выполнения и методика обучения равновесию на правой (левой) на бревне.
56. Техника выполнения и методика обучения кувырку вперед, кувырку вперед в стойку на лопатках.
57. Техника выполнения и методика обучения кувырку назад.
58. Техника выполнения и методика обучения «мосту» из разных исходных положений.
59. Техника выполнения и методика обучения стойке на руках и голове, стойке на руках

60. Техника выполнения и методика обучения отдельным фазам опорного прыжка.
61. Техника выполнения и методика обучения соскоку махом назад из упора на параллельных брусьях и из вися на перекладине.
62. Характеристика и классификация упражнений художественной гимнастики.
63. Особенности обучения упражнениям художественной гимнастики без предметов и с предметами.

Рекомендуемая литература:

1. Абрамова В.В., Батуева Л.А. Гимнастика и методика преподавания. Курс лекций. Учеб. пос. для студ. ФФК ВУЗов. В трех частях. – Тирасполь, 2006, 2007, 2009.
6. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: КНОРУС, 2013. – 312 с. – (Бакалавриат).
7. Гимнастика: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
8. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2000.
9. Художественная гимнастика в школе: Учебно-методическое пособие /Сост.: Т.В. Романюк, Е.С. Абрамова. – Тирасполь: Изд-во Приднестр. ун-та, 2011. – 96 с.

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
« 21 » сентября 2023 г.
_____ В.В. Абрамова

Вопросы к экзамену
по дисциплине **«Гимнастика и методика преподавания»**
для студентов III курса заочной формы обучения
направление подготовки 7.49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья» (Адаптивная физическая культура);
Профиль: Физическая реабилитация

1. Значение и методические особенности гимнастики.
2. Средства гимнастики, краткая характеристика.
3. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
4. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
5. Основные этапы развития гимнастики.
6. Строевые упражнения, их классификация и значение. Основные понятия строевых упражнений.
7. Значение и характеристика гимнастической терминологии.
8. Термины ОРУ (с применением графической формы записи).
9. Термины акробатических упражнений.
10. Термины упражнений на снарядах.
11. Причины травматизма и меры его профилактики на занятиях гимнастикой.
12. Гимнастический инвентарь и гимнастические снаряды. Применение, установка и эксплуатация.
13. Санитарно-гигиенические требования к местам занятий гимнастикой.
14. Значение и классификация ОРУ. Требования, предъявляемые к преподавателю, проводящему ОРУ.
15. Методы проведения и способы обучения ОРУ. Типовая схема составления комплекса ОРУ для подготовительной части урока
16. Развитие силы и гибкости с помощью ОРУ.
17. Формы занятий гимнастикой.
18. Характеристика урока как ведущей формы занятий гимнастикой в школе. Задачи и средства урока по гимнастике в школе.
19. Плотность урока, ее разновидности и методические приемы повышения в рамках урока гимнастической направленности.
20. Методика проведения отдельных частей урока по гимнастике (подготовительной, основной, заключительной).
21. Классификации гимнастических упражнений (упражнений на гимнастических снарядах). Характеристика силовых и маховых упражнений.
22. Характеристика, значение и классификация опорных прыжков. Особенности обучения опорным прыжкам и организация занятий.
23. Характеристика, значение и классификация упражнений в равновесии. Особенности обучения и организации занятий.
24. Характеристика и значение вольных упражнений. Особенности обучения и организация занятий при выполнении вольных упражнений.
25. Характеристика и значение упражнений на перекладине. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на перекладине.

26. Характеристика и значение упражнений на брусьях. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на брусьях.
27. Характеристика, значение и квалификация прикладных упражнений.
28. Особенности обучения и применения прикладных упражнений.
29. Задачи, организация и содержание занятий гимнастикой в школе.
30. Планирование учебной работы по гимнастике и учет успеваемости учащихся.
31. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в младших классах.
32. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в средних классах.
33. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в старших классах.
34. Особенности занятий гимнастикой с учащимися специальной медицинской группы.
35. Особенности занятий гимнастикой с дошкольниками.
36. Особенности занятий гимнастикой с женщинами.
37. Особенности занятий гимнастикой с лицами среднего, старшего и пожилого возраста.
38. Характеристика и значение соревнований как одной из форм занятий гимнастикой.
39. Техника выполнения и методика обучения лазанию по канату в два и в три приема.
40. Техника выполнения и методика обучения прикладным опорным прыжкам.
41. Техника выполнения и методика обучения подъему переворотом махом одной толчком другой, силой.
42. Значение утренней гимнастики, содержание комплекса, особенности обучения упражнениям.
43. Техника выполнения и методика обучения подтягиваниям и отжиманиям.
44. Техника выполнения и методика обучения равновесию на правой (левой) на бревне.
45. Техника выполнения и методика обучения кувыркам вперед и назад.
46. Техника выполнения и методика обучения «мосту» из разных исходных положений.
47. Техника выполнения и методика обучения стойке на лопатках, на голове и руках.
48. Техника выполнения и методика обучения отдельным фазам опорного прыжка.

Рекомендуемая литература:

1. Абрамова В.В., Батуева Л.А. Гимнастика и методика преподавания. Курс лекций. Учеб. пос. для студ. ФФК ВУЗов. В трех частях. – Тирасполь, 2006, 2007, 2009.
2. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: КНОРУС, 2013. – 312 с. – (Бакалавриат).
3. Гимнастика: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2008.
4. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2000.
5. Художественная гимнастика в школе: Учебно-методическое пособие /Сост.: Т.В. Романюк, Е.С. Абрамова. – Тирасполь: Изд-во Приднестр. ун-та, 2011. – 96 с.

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
« 21 » сентября 2023 г.
В.В. Абрамова

Вопросы к экзамену
по дисциплине «Гимнастика и методика преподавания»
для студентов III курса очной формы обучения
направление подготовки 7.49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья» (Адаптивная физическая культура);
Профиль: Физическая реабилитация

1. Значение и методические особенности гимнастики.
2. Средства гимнастики, краткая характеристика.
3. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
4. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
5. Гимнастика в древнем мире и в средние века.
6. Национальные системы гимнастики.
7. Гимнастика в дореволюционной России и в советское время.
8. Строевые упражнения, их классификация и значение. Основные понятия строевых упражнений.
9. Значение и характеристика гимнастической терминологии.
10. Термины ОРУ (с применением графической формы записи).
11. Термины акробатических упражнений.
12. Термины упражнений на снарядах.
13. Причины травматизма и меры его профилактики на занятиях гимнастикой.
14. Гимнастический инвентарь и гимнастические снаряды. Применение, установка и эксплуатация.
15. Санитарно-гигиенические требования к местам занятий гимнастикой.
16. Значение и классификация ОРУ. Требования, предъявляемые к преподавателю, проводящему ОРУ.
17. Методы проведения и способы обучения ОРУ. Типовая схема составления комплекса ОРУ для подготовительной части урока
18. Развитие силы и гибкости с помощью ОРУ.
19. Воспитание координационных способностей с помощью ОРУ.
20. Правильная осанка, ее формирование и коррекция с помощью средств гимнастики.
21. Цели и задачи обучения в гимнастике. Предпосылки успешного обучения гимнастическим упражнениям.
22. Этапы обучения гимнастическим упражнениям. Методика исправления ошибок.
23. Краткая характеристика основных форм занятий гимнастикой.
24. Характеристика урока как ведущей формы занятий гимнастикой в школе. Задачи и средства урока по гимнастике в школе.
25. Плотность урока, ее разновидности и методические приемы повышения в рамках урока гимнастической направленности.
26. Методика проведения отдельных частей урока по гимнастике (подготовительной, основной, заключительной).
27. Классификации гимнастических упражнений (упражнений на гимнастических снарядах). Характеристика силовых и маховых упражнений.
28. Характеристика, значение и классификация опорных прыжков. Особенности обучения опорным прыжкам и организация занятий.

29. Характеристика, значение и классификация упражнений в равновесии. Особенности обучения и организации занятий.
30. Характеристика и значение вольных упражнений. Особенности обучения и организация занятий при выполнении вольных упражнений.
31. Характеристика и значение упражнений на перекладине. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на перекладине.
32. Характеристика и значение упражнений на параллельных брусьях. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на параллельных брусьях.
33. Характеристика и значение упражнений на разновысоких брусьях. Особенности обучения основным движениям и организация занятий на разновысоких брусьях.
34. Характеристика, значение и квалификация прикладных упражнений. Особенности обучения и применения прикладных упражнений.
35. Задачи, организация и содержание занятий гимнастики в школе.
36. Планирование учебной работы по гимнастике и учет успеваемости учащихся.
37. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в младших классах.
38. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в средних классах.
39. Содержание и методика проведения занятий гимнастикой в старших классах.
40. Методика занятий гимнастикой со школьниками, отнесенными по состоянию здоровья к специальным медицинским группам.
41. Значение, виды, организация, проведение массовых соревнований по гимнастике.
42. Техника судейства упражнений в гимнастике.
43. Техника выполнения и методика обучения лазанию по канату в два и в три приема.
44. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку ноги врозь.
45. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку боком.
46. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку согнув ноги.
47. Техника выполнения и методика обучения опорному прыжку углом с косого разбега.
48. Техника выполнения и методика обучения подъему переворотом махом одной толчком другой, толчком двумя, силой.
49. Техника выполнения и методика обучения размахиваниям изгибами, размахиваниям в висе на перекладине.
50. Техника выполнения и методика обучения упражнениям комплекса утренней гимнастики.
51. Техника выполнения и методика обучения подтягиваниям и отжиманиям.
52. Техника выполнения и методика обучения равновесию на правой (левой) на бревне.
53. Техника выполнения и методика обучения кувырку вперед, кувырку вперед в стойку на лопатках.
54. Техника выполнения и методика обучения кувырку назад.
55. Техника выполнения и методика обучения «мосту» из разных исходных положений.
56. Техника выполнения и методика обучения стойкам (на лопатках, на голове, на руках).
57. Техника выполнения и методика обучения отдельным фазам опорного прыжка.
58. Характеристика и классификация упражнений художественной гимнастики.
59. Особенности обучения и организации занятий с использованием упражнений художественной гимнастики.
60. Термины упражнений художественной гимнастики.