

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
В.В. Абрамова

Вопросы к зачету по дисциплине
«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по
гимнастике»

для студентов I курса факультета ФКиС
направлений подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»
44.03.01 «Педагогическое образование»

1. Характеристика видов гимнастики и их место в системе физического воспитания.
2. Методические особенности гимнастики.
3. Характеристика средств гимнастики.
4. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
5. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
6. Характеристика прикладных видов гимнастики.
7. Характеристика спортивных видов гимнастики.
8. Характеристика прикладных упражнений (классификация, назначение).
9. Характеристика гимнастической терминологии (понятие термин, значение терминологии и предъявляемые к ней требования).
10. Правила сокращения записи и названия гимнастических упражнений.
11. Термины упражнений на снарядах и их определение.
12. Основные требования, предъявляемые к преподавателю при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
13. Характеристика прыжков в гимнастике (классификация и фазы двигательных действий).
14. Методика оценки выполнения гимнастических упражнений. Виды ошибок и величина сбавки за них на видах многоборья.
15. Причины травматизма и меры предупреждения травм.
16. Техника и методика обучения кувырку вперед.
17. Техника и методика обучения кувырку назад.
18. Техника и методика обучения стойке на лопатках.
19. Техника и методика обучения стойке на голове с опорой руками.
20. Техника и методика обучения наскоку на мостик и толчку ногами.
21. Техника и методика обучения размахиванию в упоре на брусьях (М). Соскоку с конца бревна махом одной и толчком другой (Ж).
22. Предпосылки успешного обучения гимнастическим упражнениям.
23. Воспитание занимающихся в процессе обучения гимнастическим упражнениям.
24. Обучение гимнастическим упражнениям: создание представления об упражнении, разучивание упражнения, закрепление и совершенствование техники исполнения гимнастического упражнения.
25. Предупреждение травматизма на занятиях спортивной гимнастикой.

Основная литература:

1. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений: Популярное учебное пособие. – М.: Терра-Спорт, 2002.

2. Гимнастика: Учебник для студ. высших пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, М.К. Меньшикова. – М.: Изд. центр «Академия», 2001.
3. Гимнастика и методика преподавания: учебник для институтов ФК / Под ред. В.М. Смолевского. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
4. Менхин Ю. В. Силовая подготовка гимнаста. – М., Физкультура и спорт, 1969.
5. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки. – Киев: Высшая школа, 1984.
6. Петров П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы. ВЛАДОС-ПРЕСС. 2004
7. Соревнования по гимнастике: организация, проведение, судейство. Учебно-методическое пособие для студентов специальности «Физическая культура» высших учебных заведений. Составитель: Романюк Т.В.; Тирасполь: ПГУ, 2008. – 86 с.

Дополнительная литература:

1. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика. – Киев: «Олимпийская литература», 1999. – 462 с.
2. Спортивная гимнастика (мужчины и женщины): Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. – М.: Советский спорт, 2005.
3. Теория и методика спорта: учебное пособие для училищ олимпийского резерва / Под общ. Ред. Ф.П.Суслова, Ж.К.Холодова – М., 1997.
4. Укран М.Л. Методика тренировки гимнастов. – М.: Физкультура и спорт, 1971.
5. Шлемин А. М. Методика подготовки юных гимнастов. – М., Физкультура и спорт, 1974.

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
В.В. Абрамова

**Вопросы к зачету по дисциплине
«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по
гимнастике»**

для студентов II курса ФФКиС
направлений подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»
44.03.01 «Педагогическое образование»

1. Режим питания гимнастов.
2. Особенности роста-весовых показателей гимнастов различных разрядов.
3. Проблема регуляции веса в гимнастике.
4. Правила эксплуатации гимнастического оборудования.
5. Оказание первой медицинской помощи при травмах различного происхождения.
6. Термины упражнений на снарядах.
7. Термины акробатических упражнений.
8. Техника выполнения основных элементов из комбинаций III спортивного разряда.
9. Страховка и помощь при выполнении упражнений III спортивного разряда.
10. Права и обязанности участников соревнований по гимнастике.
11. Методика разминки гимнастов на тренировке и на соревнованиях.
12. Методика развития силы (скоростной) мышц живота, спины, рук, ног.
13. Анализ техники изучаемых элементов с позиции требований к уровню физической подготовленности.
14. Составление произвольных комбинаций на различных видах гимнастического многоборья.

Основная литература

1. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений: Популярное учебное пособие. – М.: Terra-Спорт, 2002.
2. Гимнастика: Учебник для студ. высших пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, М.К. Меньшикова. – М.: Изд. центр «Академия», 2001.
3. Гимнастика и методика преподавания: учебник для институтов ФК / Под ред. В.М. Смолевского. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
4. Менхин Ю. В. Силовая подготовка гимнаста. – М., Физкультура и спорт, 1969.
5. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки. – Киев: Высшая школа, 1984.
6. Петров П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы. ВЛАДОС-ПРЕСС. 2004
7. Соревнования по гимнастике: организация, проведение, судейство. Учебно-методическое пособие для студентов специальности «Физическая культура» высших учебных заведений. Составитель: Романюк Т.В.; Тирасполь: ПГУ, 2008. –86 с.

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
В.В. Абрамова

Вопросы к зачету по дисциплине
«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по
гимнастике»

для студентов III курса ФФКиС
направлений подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»
44.03.01 «Педагогическое образование»

1. Меры предупреждения травм с учётом специфики отдельных видов многоборья.
2. Медицинский контроль и самоконтроль.
3. Страховка и помощь.
4. Обязанности членов судейской коллегии.
5. Особенности судейства на отдельных видах многоборья.
6. Методика разминки гимнастов.
7. Техника выполнения основных элементов из комбинаций III спортивного разряда.
8. Гигиенические требования к гимнастическому залу.
9. Составление произвольных комбинаций на различных видах многоборья.
10. Основы техники гимнастических упражнений.
11. Характеристика и содержание классификационной программы «В».
12. Предмет, задачи и методы обучения в гимнастике.
13. Подводящие упражнения при разучивании гимн. упражнений.
14. Характеристика методических приемов обучения гимн. упражнениям.
15. Положительный и отрицательный перенос навыка.
16. Условия успешного обучения гимнастическим упражнениям.
17. Правила и приемы исправления ошибок при выполнении гимнастических упражнений.
18. Структура учебно-тренировочного занятия.

Основная литература

1. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений: Популярное учебное пособие. – М.: Терра-Спорт, 2002.
2. Гимнастика: Учебник для студ. высших пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, М.К. Меньшикова. – М.: Изд. центр «Академия», 2001.
3. Гимнастика и методика преподавания: учебник для институтов ФК / Под ред. В.М. Смолевского. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
4. Менхин Ю. В. Силовая подготовка гимнаста. – М., Физкультура и спорт, 1969.
5. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки. – Киев: Высшая школа, 1984.
6. Петров П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы. ВЛАДОС-ПРЕСС. 2004
7. Соревнования по гимнастике: организация, проведение, судейство. Учебно-методическое пособие для студентов специальности «Физическая культура» высших учебных заведений. Составитель: Романюк Т.В.; Тирасполь: ПГУ, 2008. –86 с.

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
В.В. Абрамова

ВОПРОСЫ
к экзамену по дисциплине
**«ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ»
(ГИМНАСТИКА)**

для студентов III курса дневного и заочного отделений
направлений подготовки: 44.03.01 «Педагогическое образование»,
49.03.01 «Физическая культура»

1. Характеристика видов гимнастики и их место в системе физического воспитания.
2. Методические особенности гимнастики.
3. Характеристика средств гимнастики.
4. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
5. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
6. Характеристика прикладных видов гимнастики.
7. Характеристика спортивных видов гимнастики.
8. Характеристика прикладных упражнений (классификация, назначение).
9. Характеристика гимнастической терминологии (понятие термин, значение терминологии и предъявляемые к ней требования).
10. Правила сокращения записи и названия гимнастических упражнений.
11. Термины упражнений на снарядах и их определение.
12. Основные требования, предъявляемые к преподавателю при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
13. Характеристика прыжков в гимнастике (классификация и фазы двигательных действий).
14. Виды ошибок и величина сбавки за них на видах многоборья.
15. Причины травматизма и меры предупреждения травм.
16. Техника и методика обучения кувырку вперед.
17. Техника и методика обучения кувырку назад.
18. Техника и методика обучения стойке на лопатках.
19. Техника и методика обучения стойке на голове с опорой руками.
20. Техника и методика обучения наскоку на мостик и толчку ногами.
21. Техника и методика обучения размахиванию в упоре на брусьях (М). Соскоку с конца бревна махом одной и толчком другой (Ж).
22. Предпосылки успешного обучения гимнастическим упражнениям.
23. Воспитание занимающихся в процессе обучения гимнастическим упражнениям.
24. Обучение гимнастическим упражнениям: создание представления об упражнении, разучивание упражнения, закрепление и совершенствование техники исполнения гимнастического упражнения.
25. Предупреждение травматизма на занятиях спортивной гимнастикой.
26. Режим питания гимнастов.
27. Проблема регуляции веса в гимнастике. Особенности роста-весовых показателей гимнастов различных разрядов.
28. Правила эксплуатации гимнастического оборудования.
29. Оказание первой медицинской помощи при травмах различного происхождения.
30. Термины упражнений на снарядах.
31. Термины акробатических упражнений.
32. Техника выполнения основных элементов из комбинаций III спортивного разряда.
33. Страховка и помощь при выполнении гимнастических упражнений массовых разрядов.
34. Права и обязанности участников соревнований по гимнастике.
35. Методика разминки гимнастов на тренировке и на соревнованиях.
36. Методика развития силы (скоростной) мышц живота, спины, рук, ног.

37. Анализ техники изучаемых элементов с позиции требований к уровню физической подготовленности.
38. Составление произвольных комбинаций на различных видах гимнастического многоборья.
39. Меры предупреждения травм с учётом специфики отдельных видов многоборья.
40. Медицинский контроль и самоконтроль.
41. Обязанности членов судейской коллегии.
42. Особенности судейства на отдельных видах многоборья.
43. Гигиенические требования к гимнастическому залу.
44. Основы техники гимнастических упражнений.
45. Характеристика и содержание классификационной программы «В».
46. Подводящие упражнения при разучивании гимнастических упражнений.
47. Характеристика методических приемов обучения гимнастическим упражнениям. Условия успешного обучения гимнастическим упражнениям.
48. Положительный и отрицательный перенос навыка.
49. Правила и приемы исправления ошибок при выполнении гимнастических упражнений.
50. Структура учебно-тренировочного занятия.
51. Организация и проведения массовых соревнований гимнастической направленности.

Основная литература:

1. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений: Популярное учебное пособие. – М.: Терра-Спорт, 2002.
2. Гимнастика: Учебник для студ. высших пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, М.К. Меньшикова. – М.: Изд. центр «Академия», 2001.
3. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по гимнастике: Учебно-методическое пособие / Составители: Т.В. Романюк, С.В. Порядин. – Тирасполь, 2014. – 100 с.
4. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки. – Киев: Высшая школа, 1984.
5. Петров П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы. ВЛАДОС-ПРЕСС. 2004
6. Соревнования по гимнастике: организация, проведение, судейство. Учебно-методическое пособие для студентов специальности «Физическая культура» высших учебных заведений. Составитель: Романюк Т.В.; Тирасполь: ПГУ, 2008. – 86 с.

Дополнительная литература:

1. Гимнастика и методика преподавания: учебник для институтов ФК / Под ред. В.М. Смолевского. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
2. Менхин Ю. В. Силовая подготовка гимнаста. – М., Физкультура и спорт, 1969.
3. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика. – Киев: «Олимпийская литература», 1999. – 462 с.
4. Спортивная гимнастика (мужчины и женщины): Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. – М.: Советский спорт, 2005.
5. Теория и методика спорта: учебное пособие для училищ олимпийского резерва / Под общ. Ред. Ф.П.Суслова, Ж.К.Холодова – М., 1997.
6. Украин М.Л. Методика тренировки гимнастов. – М.: Физкультура и спорт, 1971.
7. Шлемин А. М. Методика подготовки юных гимнастов. – М., Физкультура и спорт, 1974.