


МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры
«Физкультурно-оздоровительные
технологии»

«24» января 2023г., протокол №6
Заведующий кафедрой

 С.А. Архипова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ
ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

«Гимнастика»

**основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – программы бакалавриата**

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)
Физкультурно-оздоровительные технологии

Форма обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490301-01-23

Тула 2023 год

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
фонда оценочных средств (оценочных материалов)

Разработчик(и):

Щербакова А.Ю., доцент каф. ФОТ, к.п.н.



1. Описание фонда оценочных средств (оценочных материалов)

Фонд оценочных средств (оценочные материалы) включает в себя контрольные задания и (или) вопросы, которые могут быть предложены обучающемуся в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Указанные контрольные задания и (или) вопросы позволяют оценить достижение обучающимся планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), установленных в соответствующей рабочей программе дисциплины (модуля), а также сформированность компетенций, установленных в соответствующей общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

2. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

2 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.1)

1. Объясните, пожалуйста, значение и место гимнастики в системе физического воспитания.
2. Расскажите о средствах гимнастики.
3. Расскажите о видах гимнастики и приведите наглядные примеры.
4. Расскажите об истории возникновения и становления гимнастики.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.1)

1. Цели и задачи гимнастики.
2. Объясните, пожалуйста, значение национальных систем гимнастики.
3. Расскажите о Гимнастике в России до 1917 года.
4. Расскажите о Гимнастике в России после 1917 года.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.2)

1. Значение терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии.
2. Объясните способы образования терминов. Правила применения и сокращения терминов.
3. Правила и формы терминологической записи упражнений.
4. Расскажите о терминах общеразвивающих и вольных упражнений.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.2)

1. Расскажите и по возможности покажите основные термины акробатических упражнений.
2. На основании правил и форм записи общеразвивающих упражнений, составить 5 упражнений из любого положения.
3. Объясните характеристику наиболее важных форм занятий гимнастикой.

4. Расскажите и по возможности покажите основные термины упражнений на снарядах.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.3)

1. На основе типовой структуры занятия по гимнастике, составить план конспект.
2. Задачи занятия. Части занятия. Конспект занятия.
3. Подготовительная часть занятия. (Задачи и средства, чередование упражнений в подготовительной части занятия, общие требования к проведению подготовительной части занятия, последовательность команд). Показ подготовительной части занятия.
4. Основная часть занятия. (Задачи и средства, чередование упражнений в основной части занятия, общие требования к проведению основной части занятия, последовательность команд). Показ основной части занятия.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.3)

1. Заключительная часть занятия. (Задачи, средства и общие требования к проведению заключительной части занятия). Показ заключительной части занятия.
2. Рассказать о методических особенностях гимнастики. Цели, задачи и этапы обучения гимнастическим упражнениям. Дидактические принципы обучения. Методы обучения в гимнастике.
3. Показать основные приемы обучения гимнастическим упражнениям. Какая последовательность и характер действий при обучении гимнастическим упражнениям.
4. Страховка и помощь в гимнастике. Обучение приемам страховки и помощи.

3 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.1)

1. Объясните, пожалуйста, значение предупреждение травм на занятиях по гимнастике. Причины травматизма.
2. Меры по предупреждению травм.
3. Расскажите о классификации и характеристики общеразвивающих упражнений.
4. Основные правила составления комплексов общеразвивающих упражнений.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.1)

1. Расскажите о назначении и классификации строевых упражнений
2. Объяснение характеристики основных наименований строя. Строевые приемы.
3. Физическая подготовка гимнаста
4. Техническая подготовка гимнаста.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.2)

1. Составление упражнений для рук и плечевого пояса. Упражнения для ног и тазового пояса.
2. Уметь применить упражнения для туловища. Упражнения для формирования пра-

вильной осанки.

3. Методика проведения общеразвивающих упражнений и способы обучения общеразвивающим упражнениям

4. Построения и перестроения.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.2)

1. Способы построений и перестроений. Уметь перестраивать группу
2. Развитие физических качеств в художественной гимнастике.
3. Виды передвижений. Размыкания и смыкания. Уметь применить на группе.
4. Содержание занятий в ритмической гимнастике. Умение применить физические упражнения под музыкальное сопровождение.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.3)

1. Особенности проведения общеразвивающих упражнений с использованием предметов.
2. Психологическая подготовка гимнаста. Особенности применения на соревнованиях различного масштаба.
3. Регулирование физической нагрузки при занятиях общеразвивающими упражнениями.
4. Кувырок вперед. Кувырок назад.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.3)

1. Прыжки в художественной гимнастике и их совершенствование различными способами.
2. Тренировочные нагрузки в художественной и ритмической гимнастике, и методы их регистрации.
3. Совершенствование акробатических элементов с помощью круговых тренировок.
4. Совершенствование страховки и помощь в гимнастике.

3. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

2 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.1)

1. Объясните, пожалуйста, значение предупреждение травм на занятиях по гимнастике. Причины травматизма. Меры по предупреждению травм. Кувырок вперед. Кувырок назад.
2. Расскажите о классификации и характеристики акробатических упражнений. Стойка на голове и руках.
3. Расскажите о классификации и характеристики акробатических упражнений Стойка на руках махом одной, толчком другой.

4. Объясните, пожалуйста, значение предупреждение травм на занятиях по гимнастике. Кувырок вперед из стойки на руках.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.1)

1. Объясните, пожалуйста, значение предупреждение травм на занятиях по гимнастике. Кувырок назад через стойку на руках.
2. Расскажите о классификации и характеристики акробатических упражнений. Переворот в сторону
3. Физическая, техническая и психологическая подготовка гимнаста при выполнении акробатических элементов.
4. Объяснение характеристики основных наименований строя. Строевые приемы.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.2)

1. Обучение акробатическим элементам (кувырок вперёд)
2. Уметь применить общеразвивающие упражнения для подготовки к разучиванию акробатическим элементам.
3. Обучение акробатическим элементам (кувырок назад)
4. Обучение акробатическим элементам (стойка на голове и руках)

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.2)

1. Обучение акробатическим элементам (колесо, рондат)
2. Обучение выполнению (Разбег и приземление) в опорном прыжке.
3. Обучение выполнению и страховка в опорном прыжке. (Наскок на мостик и толчок двумя ногами, толчок руками).
4. На основании правил и форм записи общеразвивающих упражнений, составить 5 упражнений из любого положения.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.3)

1. Совершенствование акробатическим элементам в вольных упражнениях. Уметь применить страховку.
2. Обучение, закрепление и совершенствование прыжка ноги врозь через козла и коня в ширину.
3. Регулирование физической нагрузки при занятиях на снарядах.
4. Обучение, закрепление и совершенствование прыжка согнув ноги через козла в длину

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.3)

1. Обучение, закрепление и совершенствование прыжка ноги врозь через коня в длину толчком о дальнюю часть.
2. Обучение, закрепление и совершенствование прыжка согнув ноги через коня в длину толчком о дальнюю часть.

3. Совершенствование страховки и помощь в гимнастике, при выполнении прыжков через коня различной длины

4. Показать основные приемы обучения гимнастическим упражнениям. Какая последовательность и характер действий при обучении гимнастическим упражнениям.

3 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.1)

1. Объясните, пожалуйста, значение предупреждение травм на занятиях по гимнастике на параллельных брусьях у мужчин и разновысоких брусьях у женщин. Причины травматизма. Меры по предупреждению травм.

2. Расскажите, пожалуйста, значение предупреждение травм на занятиях по гимнастике на перекладине у мужчин и бревне у женщин. Причины травматизма. Меры по предупреждению травм.

3. Расскажите, пожалуйста, предупреждение травм на занятиях по гимнастике на коне у мужчин и вольных упражнениях у женщин. Причины травматизма. Меры по предупреждению травм.

4. Объясните, пожалуйста, предупреждение травм на занятиях спортивной гимнастикой на кольцах у мужчин и опорном прыжке у женщин. Причины травматизма. Меры по предупреждению травм.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.1)

1. Расскажите, пожалуйста, о каком-нибудь выдающемся гимнасте и гимнастке.

2. Знания, умения, навыки. Область применения. Возможность применения знаний, умений и навыков при прохождении практики в образовательном учреждении.

3. Физическая, техническая и психологическая подготовка гимнаста при выполнении элементов на снарядах.

4. Подготовительная часть занятия. (Задачи и средства, чередование упражнений в подготовительной части занятия, общие требования к проведению подготовительной части занятия, последовательность команд). Показ подготовительной части занятия.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.2)

1. Овладение необходимым запасом знаний, умений, и навыков при обучении различных элементов у мужчин на перекладине, у женщин на бревне.

2. Овладение необходимым запасом знаний, умений, и навыков при обучении различных элементов у мужчин на параллельных, и у женщин на разновысоких брусьях.

3. Овладение необходимым запасом знаний, умений, и навыков при обучении различных элементов у мужчин и у женщин в опорном прыжке.

4. Показать основные приемы обучения гимнастическим упражнениям. Какая последовательность и характер действий при обучении гимнастическим упражнениям.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.2)

1. Овладение необходимым запасом знаний, умений, и навыков при обучении различных акробатических элементов у мужчин, и у женщин в вольных упражнениях.

2. Овладение необходимым запасом знаний, умений, и навыков при обучении различных элементов у мужчин на коне и кольцах.
3. Уметь провести на группе подготовительную и заключительную части занятия.
4. Уметь провести общеразвивающие упражнения в основной части занятия из исходных положений стоя и в партере с предметами.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-4.1)

1. Приобретение и совершенствование необходимых навыков при выполнении упражнений на снарядах
2. Совершенствование навыков в подвижных играх с предметами, различными эстафетами.
3. Составление плана-конспекта по гимнастике с построением и перестроением, беговыми и прыжковыми упражнениями в подготовительной части.
4. Составление плана-конспекта по гимнастике с общеразвивающими упражнениями с предметами.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-7.3)

1. Составление плана-конспекта по гимнастике с восстановительными процедурами и методиками, различными упражнениями в заключительной части.
2. Составление плана-конспекта по гимнастике с обучающими акробатическими элементами в основной части занятия.
3. Составление плана-конспекта по гимнастике с обучающими элементами на снарядах в основной части занятия.
4. Обучение, закрепление и совершенствование прыжка ноги врозь через коня в длину толчком о дальнюю часть.

4. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся (защиты курсовой работы (проекта)) по дисциплине (модулю)

Выполнение курсовой работы (проекта) по дисциплине (модулю) не предусмотрено основной профессиональной образовательной программой.