

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б1.О.19.03
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Базовые виды двигательной деятельности. Оздоровительные виды гимнастики

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

направленность (профиль)
Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Форма обучения: заочная

Год набора: 2023

Общая трудоемкость: 5 ЗЕТ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Курс	5	Итого
Форма контроля	Экзамен	
Вид занятий		
Лекции		
Лабораторные		
Практические	4	4
Комплексная контрольная работа	1	1
Промежуточная аттестация	0,35	0,35
Контактная работа	5,35	5,35
Самостоятельная работа	166	166
Контроль	8,65	8,65
Итого	180	180

Рабочую программу составил(и):

доцент, к.п.н. доцент Назаренко Н.Н.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☐

Отсутствует

☐

Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки

49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», направленность (профиль) «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2028 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(протокол заседания № 2 от «23» сентября 2022 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – расширение профессионально-педагогических знаний и умений в области оздоровительных видов гимнастики, а также вооружение будущих бакалавров необходимыми навыками в организации и проведении занятий с различным контингентом занимающихся. Дисциплина «Базовые виды двигательной деятельности. Атлетическая гимнастика» занимает одно из важнейших мест в разделе дисциплин предметной подготовки и призвана обеспечить будущим бакалаврам качественную подготовку к выполнению профессиональной деятельности. Так же дисциплина направлена на формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в области физической культуры, адаптивной физической культуры, спорта, туризма. Она призвана обеспечить глубокое теоретическое осмысление основ профессиональной деятельности и привить студентам навыки практической реализации основных теоретических положений. Содержание дисциплины реализуется на основе общих положений и специфики физической культуры и спорта. Формы занятий по содержанию отражают особенности гимнастики, развивая и конкретизируя на его предметной основе положения теории и методики физического воспитания и спорта.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная дисциплина (учебный курс) – «Базовые виды двигательной деятельности. Гимнастика 1», «Базовые виды двигательной деятельности. Гимнастика 2», «Анатомия и физиология человека (спец курс)», «Теория и методика физической культуры 1».

Дисциплины, учебные курсы, для которых необходимы знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения данной дисциплины (учебного курса) – «Базовые виды двигательной деятельности. Атлетическая гимнастика», «Технологии преподавания предмета "Физическая культура" в общеобразовательной школе», «Материально-техническое оборудование в физической культуре и спорте» и др.

3. Планируемые результаты обучения

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
ОПК-2 Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-	ОПК-2.1. Осуществляет планирование методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств базовых видов спорта	Знать: методы и методики физического воспитания, оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств базовых видов спорта.
		Уметь: использовать психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся силовыми упражнениями.

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению физической подготовке		Владеть: методами, физического воспитания в урочных и неурочных формах проведения с использованием средств атлетической гимнастики.
	ОПК-2.2. Использует психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся средствами базовых видов спорта	Знать: методы и методики физического воспитания, оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств базовых видов спорта
		Уметь: использует психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся средствами базовых видов спорта
		Владеть: методами, процесс физического воспитания в урочных и неурочных формах проведения с использованием средств базовых видов спорта.
	ОПК-2.3. Осуществляет процесс физического воспитания в урочных и неурочных формах проведения с использованием средств базовых видов спорта.	Знать: дидактику и методику организации тренировочного процесса в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся и требований стандартов спортивной подготовки
		Уметь: осуществлять отбор обучающихся в группах и секциях на этапах совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта и спортивной дисциплине)
		Владеть: планированием, анализом, учетом результатов тренировочного процесса на разных этапах формирования спортивного мастерства

. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	Пр3 1	Направления оздоровительной гимнастики	3	2		-	План комплексной контрольной работы
Модуль 1	ИДЗ 1 (СР)	Калланетика, комплекс упражнений	3	20	25	-	Доклад с презентацией
Модуль 1	Пр3 2	Стретчинг и особенности организации занятий	3	2	25	-	Доклад с презентацией
Модуль 1	ИДЗ 2 (СР)	Виды суставной гимнастики	3	20			конспект
Модуль 1	ИДЗ 3 (СР)	Составить конспект урока по ритмической гимнастике	3	15	25		Доклад с презентацией
Модуль 1	ИДЗ 4 (СР)	Составить комплекс ритмической гимнастики для детей дошкольного возраста	3	20			Конспект
Модуль 1	ИДЗ 5 (СР)	Составить комплекс ритмической гимнастики для детей среднего школьного возраста	3	15			Конспект
Модуль 1	ИДЗ 6 (СР)	Составить комплекс ритмической гимнастики для старшего школьного возраста	3	15			Конспект
Модуль 1	ИДЗ 7 (СР)	Составить комплекс по методике Бубновского	3	15	25		Доклад с презентацией
Модуль 1	ИДЗ 8 (СР)	Составить комплекс используя упражнения суставной гимнастики Норбекова	3	15			Конспект
Модуль 1	ИДЗ 9 (СР)	Составить комплекс, используя упражнения дыхательной гимнастики	3	15			Конспект
Модуль 1	ИДЗ 10 (СР)	Составить комплекс, используя упражнения йоги	3	15			Конспект
Модуль 1	СР	Самостоятельная работа	3	166			

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	ПА	Промежуточная аттестация	3	0,35			
Модуль 1	К	Контроль	3	8,35			
Модуль 1	ТИ	Итоговый тест по курсу через ОТ			100	-	
Итого:				180	100		

Схема расчета итогового балла

Сумма баллов по всем учебным мероприятиям, предусмотренным в курсе

Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2 + ББ (если ББ предусмотрены)

5. Образовательные технологии

Технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Информационно-коммуникационные технологии.

а) технологии традиционного обучения:

- лекция;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа;

Методы обучения: наглядные, словесные, практические.

б) технологии дифференцированного обучения:

- лекция-беседа;
- лекция-диалог;

- технология развития критического мышления - организация учебного процесса, при котором студенты проверяют; анализируют, развивают, применяют получаемую информацию с целью развития когнитивных умений и навыков.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Слушать лекцию, - семинар с использованием кейс-метода учебный материал подаётся студентам виде проблем (кейсов), а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

Конспектировать лекции.

Выступать с докладами на семинарских занятиях.

Выполнять практические задания, практических занятий с использованием деловой игры учебный материал подается студентам виде ролевых заданий, а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

Уметь работать в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Уметь работать с литературой.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Курс	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
3	ОПК-2.	Вопросы к экзамену № 1-40
3	ОПК-3.	Оздоровительные виды гимнастики. Конспект урока. Комплексы различных направлений оздоровительной гимнастики

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

7.2.1. Письменные работы, доклад

(наименование оценочного средства)

Типовой(ые) пример(ы) задания(ий)

Выполнение письменных работ на тему:

Темы письменных работ

№ п/п	Темы
1.	Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности
2.	Аэробика как вид двигательной активности.
3.	История возникновения и развития аэробики. Классификации аэробики
4.	Структура и содержание занятий аэробикой
5.	Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом
6.	Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой
7.	Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой
8.	Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности
9.	Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре
10.	Степ-аэробика в адаптивной физической культуре
11.	Танцевальная аэробика, классификация и виды.
12.	Шейпинг как научная комплексная система физической культуры
13.	Стретчинг в спортивной деятельности.
14.	Калланетика-система физических упражнений Каллан Пинкни
15.	Виды гимнастики, применяемые в работе с различным контингентом занимающихся
16.	Аэробика как вид двигательной активности.
17.	История возникновения и развития аэробики. Классификации аэробики
18.	Структура и содержание занятий аэробикой
19.	Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом занимающихся.
20.	Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой
21.	Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой
22.	Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности
23.	Аэробика как вид двигательной активности. Аэробные упражнения в широком

№ п/п	Темы
	смысле.
24.	Виды аэробики с оборудованием.
25.	Структура и содержание занятий кроссфит.
26.	Особенности занятий оздоровительной и аэробикой с пожилыми людьми

Краткое описание и регламент выполнения

Оформляется в виде рукописи или рукописи в печатном виде с использованием компьютера в объеме 10-15 стр.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материала;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил доклад.

7.2.2. План-конспект урока

(наименование оценочного средства)

Краткое описание и регламент выполнения

Подготовить план-конспект по оздоровительной гимнастике

Правильность составления конспекта урока (наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений).

Оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, соответствие терминологии атлетической гимнастики, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно с допущением 1-2 ошибок при записи упражнений и терминологии, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и

общеразвивающих упражнений, наличие дозировки и методических указаний, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если в конспекте допущены 3 и более ошибок при записи упражнений и терминологии спортивного туризма, отсутствие цели и задач урока, наличие дозировки и методических указаний, есть замечания к оформлению конспекта;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил конспект.

7.2.3. Дискуссия

(наименование оценочного средства)

Дискуссия, деловая (ролевая) игра

Составление программы двигательной активности для клиента, используя средства атлетической гимнастики. Включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.

Тема для дискуссии

1. Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой
2. Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой
3. Методика построения комплекса низко ударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности
4. Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре
5. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре
6. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре
7. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры

Современные люди мало двигаются из-за привязанности к телевизору и компьютерным технологиям. Недостаток двигательной активности компенсируют занятиями в тренажерном зале, где средствами атлетической гимнастики возможно решение многих задач.

Роли:

- клиент с запросом – решение своей индивидуальной задачи;
- инструктор по физической культуре (составляет программу и проводит занятие атлетической гимнастики с клиентом (группой клиентов);

Ожидаемый(е) результат(ы). Необходимо провести занятие с клиентом (группой), показать практически: степень владения группой, организационными качествами и др.

Процедура оценивания: оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если студент успел побывать в двух ролях, участвовал в обсуждении, показал достаточный уровень знаний, умений и навыков;
- оценка «не зачтено» выставляется студенту, если студент не участвовал в игре и обсуждении.

7.2.4. Кейс-задача

1. Задание (я): Подберите подвижные игры на перемену для учащихся коррекционных учреждений, различных возрастных категорий;

2. Современные люди мало двигаются из-за привязанности к телевизору и компьютерным технологиям. Недостаток двигательной активности компенсируют занятиями в тренажерном зале, где средствами оздоровительных видов гимнастики возможно решение многих задач.

2.1. Задание (я): Составить план-конспект занятия по оздоровительным видам гимнастики

- ритмической гимнастике.
- низкоударной аэробике.
- аэробике высокой ударности.

2.2. Опишите особенности этой нозологической группы;

- Какое мероприятие (новое или существующее) для данной категории можете предложить (цель, задачи, место проведения, краткое описание);

- Какие условия необходимо учитывать (требования к помещению, к персоналу и другое);

- составить конспект урока по АФВ, определите образовательную, воспитательную, оздоровительную, коррекционную и компенсаторную задачи.

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту за правильное решение задачи и сделанные выводы

- оценка «не зачтено», если студент не владеет знаниями и не умеет высказывать свою точку зрения.

7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.3.1. Примерные тематика курсовых работ по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности».

Семестр 3

1. Методы совершенствования техники при помощи инновационных фитнес-технологий в спорте.
2. Использование фитнес-технологий в процессе физической подготовки в армейских подразделениях.
3. Экспериментальное обоснование методов развития выносливости в спортивной гимнастике.
4. Развитие координационных способностей юных гимнастов 8-9 лет при помощи инновационных технологий на начальном этапе подготовки.
5. Совершенствование физической подготовки в циклических видах спорта при помощи фитнес-технологий.
6. Оптимизация координационных способностей младших школьников на уроках физической культуры при помощи комплексов ритмической гимнастики.
7. Совершенствование выносливости на уроках физической культуры при помощи комплексов степ-аэробики.

8. Развитие координационных способностей при помощи системы тренировок кроссфит.
9. Формирование школы движений на уроках в начальной школе посредством хореографии.
10. Совершенствование психологической подготовки к выступлению на соревнованиях посредством комплексов йоги.
11. Особенности применения комплексов ритмической гимнастики на уроках физической культуры в средних классах.
12. Оздоровительные виды гимнастики как средство развития силовых способностей студентов.
13. Комплекс калланетика, как средство развития гибкости у женщин 30-35 лет.
14. Методика развития координационных способностей по средствам музыкальных игр и детских танцев.
15. Развитие устойчивости вестибулярных реакций у акробатов в процессе спортивной тренировки посредством фитнес-технологий.
16. Инновационные педагогические технологии развития гибкости у младших школьников на уроках физической культуры.
17. Технология формирования техники дыхания при выполнении силовых упражнений.
18. Фитбол-аэробика, как средство формирования осанки младших школьников.
19. Технология формирования координационных способностей при помощи комплексов с гимнастическими предметами.
20. Совершенствование условий учебной деятельности и повышение двигательной активности на уроках физической культуры школьников старших классов.
21. Методика проведения занятий по степ-аэробике в школе.
22. Развитие гибкости у девочек 8-9 лет занимающихся художественной гимнастикой при помощи комплексов хатха-йоги.
23. Развитие скоростно-силовых качеств в ациклических видах спорта с помощью комплексов аэробики.
24. Особенности применения комплексов ритмической гимнастики на уроках физической культуры в начальных классах.
25. Влияние дополнительных занятий ритмической гимнастикой на морфофункциональное состояние школьниц 15-16 лет.
26. Содержание и направленность рекреационных занятий женщин пожилого возраста в группах здоровья.
27. Комплексы йоги для детей как средство развития правильной осанки.
28. Оптимизация двигательного режима младших школьников средствами антистрессовых упражнений.
29. Дифференцированное развитие двигательных качеств девочек младшего школьного возраста в урочных формах занятий при помощи лечебной хореографии.
30. Развитие восприятия ритма и его двигательного воспроизведения у девушек и юношей 18-20 лет средствами ритмической гимнастики.
31. Оптимизация физического состояния старших школьников средствами оздоровительной гимнастики в системе дополнительного образования.
32. Методика проведения степ аэробики с девушками старших классов.
33. Обоснование комплексной методики физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста.

7.3.2. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр 3

№ п/п	Вопросы
1	История возникновения и развития аэробики.
2	Современные направления в оздоровительной аэробике.
3	Цели и задачи оздоровительной аэробики.
4	Влияние занятий аэробикой на женский организм.
5	Основные направления в танцевальной аэробике.
6	Характеристика оздоровительного направления аэробики - стретчинг.
7	Характеристика оздоровительного направления аэробики – шейпинг.
8	Определение оптимальной физической нагрузки на организм человека при занятиях аэробикой с учетом уровня физической подготовленности.
9	Структура занятия по аэробике.
10	Сочетание силовой и аэробной нагрузки (средства физической культуры).
11	Допустимый диапазон ЧСС в основной (аэробной) части занятия.
12	Основные позиции, учитываемые при составлении положения о соревнованиях по танцевальной аэробике.
13	Подготовка и проведение соревнований по танцевальной аэробике.
14	Требования к обязательной программе по танцевальной аэробике.
15	Критерии оценки обязательной программы (композиция, техника исполнения, синхронность исполнения)
16	Шейпинг как эффективное средство для укрепления здоровья и совершенствования телосложения женщин различного возраста, объединяющее упражнения аэробики и атлетической гимнастики.
17	Характеристика системы шейпинга.
18	Роль шейпинга в улучшении осанки, совершенствовании физической подготовленности и двигательной культуры, укреплении сердечно-сосудистой системы.
19	Значение шейпинга как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта.
20	Структура и содержание занятий шейпингом
21	Классификация и анализ упражнений шейпинга.
22	Физиология и биомеханика опорно-двигательного аппарата при выполнении движений.
23	Обучение и управление движениями. Техника выполнения упражнений.
24	Понятие о тренировочных эффектах.
25	Понятие об интенсивности, объеме и величине нагрузки при выполнении упражнений.
26	Управление нагрузкой в основной части занятия.
27	Статодинамические упражнения, техника, управление нагрузкой.
28	Психолого-педагогические основы проведения занятий с группой.
29	Музыкальное сопровождение занятий.
30	Виды шейпинг-тренировок: катаболическая и анаболическая, правила их составления.
31	Особенности питания в дни занятий шейпингом в зависимости от вида тренировки.
32	Антропометрические измерения. Физические тесты. Функциональные тесты.

33	Врачебный контроль и самоконтроль за состоянием физического развития и функциональной подготовленностью занимающихся.
34	Значение шейпинга в формировании здорового образа жизни.
35	Питание при занятиях шейпингом.
36	Особенности занятий шейпингом с разным контингентом занимающихся.
37	Классификация средств и методов обучения упражнениям шейпинга.
38	Комплексный контроль в процессе занятий шейпингом.
39	Средства восстановления в шейпинге.
40	Физические качества и морфофункциональные особенности занимающихся шейпингом.

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
3	Экзамен	«отлично»	Выставляется студенту, который на теоретический вопрос глубоко, последовательно, содержательно, полно, правильно и осмысленно выстраивает свой ответ, излагает его на высоком научно-теоретическом уровне, умело использует знания основной и дополнительной литературы по дисциплине, «Базовые виды двигательной деятельности (оздоровительная гимнастика)» отлично устанавливает внутри предметные и меж предметные связи. Во время ответа студент держится уверенно и свободно оперирует знанием современных технологий обучения и концепций, используемых в гимнастике, умеет сравнивать и оценивать различные научные подходы, выделять неизученные аспекты, возникающие противоречия, перспективы развития в плавании, может подтвердить теоретические положения примерами. При дополнительных вопросах студент способен свободно вести диалог, пользуясь современными научными данными. Выполнил задания текущего контроля.
3		«хорошо»	Выставляется студенту, который полно раскрывает содержание материала в объеме,

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			<p>предусмотренном программой по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности (оздоровительная гимнастика)», оперирует знаниями основной и дополнительной литературы, излагает материал грамотным языком, владеет понятийным аппаратом, принятым в данной дисциплине. При изложении материала студентом допускаются незначительные пробелы, не искажающие содержание ответа на вопросы. При дополнительных вопросах студент способен вести диалог, пользуясь современными научными данными о плавании и свободно устранять замечания по отдельным вопросам. Выполнил задания текущего контроля частично.</p>
3		«удовлетворительно»	<p>Выставляется студенту, который недостаточно логично, глубоко, последовательно и осмысленно выстраивает свой ответ, затрудняется в установке внутри предметных и меж предметных связей. Студент на предлагаемые вопросы не способен достаточно полно раскрыть и показать достаточные знания по рекомендуемой литературе. На дополнительные вопросы студент заменяет научное обоснование проблем рассуждением практически-бытового плана, а также допускает отдельные неточности в использовании научной терминологии оздоровительной гимнастики.</p>
3		«неудовлетворительно»	<p>Выставляется студенту, который обнаруживает пробелы в знаниях основного программного материала по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности (оздоровительная гимнастика)», допускает принципиальные, грубые ошибки</p>

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			в ответах на основные вопросы, проявляет неуверенность и неточность в ответах на дополнительные вопросы.

Тестирование:

Критерии баллов:

- 85-100 баллов – «отлично»;
- 70-84 баллов – «хорошо»;
- 55-69 баллов – «удовлетворительно»;
- 54 и ниже «неудовлетворительно».

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Деркачева, Н. П	Альтернативные виды оздоровительной гимнастики : учебное пособие / Н. П. Деркачева, С. В. Недомолкина. — Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2021. — 52 с.	Учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»
2	Лебедихина Т.М.	. Гимнастика: теория и методика преподавания : учебное пособие для СПО / Т. М. Лебедихина. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 110 с.	Учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»
3	Мудриевская, Е. В	Гимнастика с элементами йоги : учебное пособие / Е. В. Мудриевская. — Саратов : Вузовское образование, 2021. — 81 с	Учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
4	Деркачева, Н. П.	. Альтернативные виды оздоровительной гимнастики : учебное пособие / Н. П. Деркачева, С. В. Недомолкина. — Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2021. — 52 с.	Учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»

8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1.	Луценко С. А.	Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения [Электронный ресурс]: Гимнастика: учеб. -метод. пособие / С. А. Луценко, А. В. Михайлов. - Санкт-Петербург: Ин-т специал. педагогики и психологии, 2012. - 80 с. - ISBN 978-5-8179-0146-7.	учебно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»
2.	Постол, О. Л.	Дыхательные гимнастики на занятиях по физической культуре в транспортных вузах : учебное пособие / О. Л. Постол. — Москва : Российский университет транспорта (МИИТ), 2021. — 56 с	учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»
3.	Губа В. П.	Основы спортивной подготовки	учебно-методическое	2012	Репозиторий

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1.	Луценко С. А.	Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения [Электронный ресурс]: Гимнастика: учеб. -метод. пособие / С. А. Луценко, А. В. Михайлов. - Санкт-Петербург: Ин-т специал. педагогики и психологии, 2012. - 80 с. - ISBN 978-5-8179-0146-7.	учебно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»
2.	Постол, О. Л.	Дыхательные гимнастики на занятиях по физической культуре в транспортных вузах : учебное пособие / О. Л. Постол. — Москва : Российский университет транспорта (МИИТ), 2021. — 56 с	учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»
		[Электронный ресурс]: методы оценки и прогнозирования: морфобиомеханический подход: науч.-метод. пособие / В. П. Губа. - Москва: Советский спорт, 2012. - 384 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-0577-9.	пособие		ТГУ

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016–. – Режим доступа: apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Scopus [Электронный ресурс]: реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004–. – Режим доступа: scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва: НЭБ, 2000–. – Режим доступа: elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842–. – Режим доступа: link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018–. – Режим доступа: sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018–. – Режим доступа: cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- NEICON [Электронный ресурс]: электронная информация: архив научных журналов. – Москва: НЭИКОН, 2002–. – Режим доступа: neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
 - <https://e.lanbook.com/>
 - <https://dspace.tltsu.ru/>
 - <http://www.studentlibrary.ru/>
 - <https://new.znaniium.com/>
 - <http://www.iprbookshop.ru/>

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acadmс	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
2	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно
3	Mirapolis Human Capital Management	лицензионный договор № 614 от 20.06.2023, срок действия – до 31.12.2023 включительно

8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа.	Парты (моноблок) двухместные; стол преподавательский ; стул, доска аудиторная; проектор.

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
	Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-125)	
2	Помещение для самостоятельной работы (У-221)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет
3	Помещение для самостоятельной работы (У-213)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть интернет
4	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-211)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (маркерная), компьютеры с выходом в сеть Интернет.
	Зал аэробики (У-010)	Гимнастические коврики, зеркала, степы, гимнастические маты, фитболы, скакалки, обручи, гимнастические палки, гимнастические скамейки, музыкальный центр
	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-126)	Столы ученические двухместные (моноблок) ; стол преподавательский ; стулья ; доска аудиторная .
	Зал аэробики (У-035)	Гимнастические коврики, зеркала, степы, гимнастические маты, фитболы, скакалки, обручи, гимнастические палки, гимнастические скамейки,

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
		музыкальный центр