

**Зачетные требования по учебной дисциплине
«Гимнастика и методика преподавания»**

1. Знать теоретический материал в объеме программы.
2. Получить положительные оценки за проведение учебных практикумов на учебной группе.
3. На высоком техническом уровне демонстрировать технику программных упражнений.

**Вопросы к дифференцированному зачету по учебной дисциплине
«Гимнастика и методика преподавания»**

1. Причины травматизма на занятиях гимнастикой.
2. Организационно-методические требования, направленные на предупреждение травматизма.
3. Значение самостраховки, страховки и помощи на занятиях гимнастикой.
4. Гигиенические требования к местам занятий гимнастикой.
5. Правила эксплуатации гимнастических залов и оборудования.
6. Гимнастика как учебно-спортивная и научно-педагогическая дисциплина.
7. Основные средства гимнастики.
8. Методические особенности гимнастики.
9. Виды гимнастики.
10. Характеристика строевых упражнений.
11. Методика обучения строевым упражнениям.
12. Уметь объяснить, показать и подать команды для следующих строевых приемов, построений, перестроений и передвижений:
 - а) «становись», «равняйся», «мирно», «рассчитайся» (по порядку, на 1-2, по 3 и т.д.), «вольно», «разойдись».
 - б) Повороты налево, направо, кругом, «отставить».
 - в) Ходьба на месте и в обход, варианты остановки группы.
 - г) 1-3 шага вперед, назад или в сторону с места или с ходьбы на месте.
 - д) Перестроение из одной шеренги в 2 шеренги.
 - е) Перестроение уступами из шеренги по расчету 6,3, на месте; 8,4, на месте и т.п.
 - з) Переход с ходьбы на бег и с бега на ходьбу.
 - и) Элементы фигурной маршировки (диагональ, противоход, змейка).
 - к) Разновидности ходьбы, бега, прыжки.