

Протокол заседания  
кафедры гимнастики № 12  
от 19.06.2025

## ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

по учебной дисциплине  
«Гимнастика и методика преподавания»

для специальностей:  
6-05-1012-01 «Физическая культура»;  
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)»;  
6-05-1012-03 «Физическая реабилитация и эрготерапия»;  
6-05-1012-04 «Организация и управление физической культурой,  
спортом и туризмом»

## ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

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

### **Вопросы к дифференциированному 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», «равняйсь», «смирно», «рассчитайсь» (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.