

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 03.11.2023 10:48:53  
Уникальный идентификатор документа:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9a1c1e330

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности

**Методические материалы по выполнению контрольной работы по  
дисциплине  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика»**

Для обучающихся заочной формы по направлению подготовки  
49.03.01 Физическая культура

Разработчик: Херувимова С.А., ст. преподаватель.  
Херувимова Т.А., к.п.н., доцент.  
Рассмотрено на заседании кафедры ТиМФКСиБЖД  
Протокол от «11» апреля 2023 г. № 15

Чайковский 2023

УДК 796.41  
ББК 75.6  
Т 33

Рецензент: Зданович О.С., к.п.н., доцент

Обсуждено и рекомендовано к утверждению  
на заседании кафедры ТиМФКСиБЖД ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС».  
Протокол № 15 от 11.04.2023 г.

Т 33 Теория и методика обучения базовым видам спорта:  
гимнастика: методические указания к выполнению и защите  
контрольных работ для обучающихся заочной формы по  
направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура / сост.:  
С.А. Херувимова, Т.А. Херувимова. – Чайковский: ФГБОУ ВО  
«ЧГАФКиС», 2023. – 21 с.

Методические указания к выполнению и защите контрольных работ  
составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой по  
дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика»,  
отвечающей требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01  
Физическая культура.

УДК 796.41  
ББК 75.6

© Херувимова С.А., Херувимова Т.А., составление, 2023  
© ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», 2023

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ.....	4
1 НАЗНАЧЕНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	5
2 ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	6
3 ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ.....	10
4 ПОДГОТОВКА И ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	13
5 ОЦЕНИВАНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	14
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ....	16
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	17

## **ВВЕДЕНИЕ**

В соответствии с учебным планом студенты 1 курса заочной форм обучения должны подготовить контрольную работу по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика».

Написание контрольной работы является:

- одной из форм обучения студентов, направленной на организацию и повышение уровня самостоятельной работы студентов;
- одной из форм научной работы студентов, целью которой является расширение научного кругозора студентов, ознакомление с методологией научного поиска.

Контрольной работы, как форма обучения студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами.

Темы контрольных работ определяются преподавателем, ведущим дисциплину, и содержатся в программе курса. Преподаватель рекомендует литературу, которая может быть использована для написания контрольной работы.

# 1 НАЗНАЧЕНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Контрольная работа представляет собой самостоятельную письменную работу студента по определенной теме или научной проблеме, обобщающую информацию из нескольких источников. Контрольная работа предполагает осмысленное изложение наиболее важных моментов, главных идей, содержащихся в научной и учебной литературе по выбранной теме, а также собственных взглядов на проблему.

*Целью* написания контрольной работы является:

- привитие студентам навыков библиографического поиска необходимой литературы (на бумажных носителях, в электронном виде);
- привитие студентам навыков компактного изложения мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу в письменной форме, научно грамотным языком и в хорошем стиле;
- приобретение навыка грамотного оформления ссылок на используемые источники, правильного цитирования авторского текста;
- выявление и развитие у студента интереса к определенной научной и практической проблематике с тем, чтобы исследование ее в дальнейшем продолжалось в подготовке и написании курсовых и дипломной работы и дальнейших научных трудах.

*Основные задачи студента при написании контрольной работы:*

1. С максимальной полнотой использовать литературу по выбранной теме (как рекомендуемую, так и самостоятельно подобранную) для правильного понимания авторской позиции.
2. Верно (без искажения смысла) передать авторскую позицию в своей работе.
3. Уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с тем или иным автором по данной проблеме.

## 2 ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

*Требования к содержанию:*

- материал, использованный в контрольной работе, должен относиться строго к выбранной теме;
- необходимо изложить основные аспекты проблемы не только грамотно, но и в соответствии с той или иной логикой (хронологической, тематической, событийной и др.)
- при изложении следует сгруппировать идеи разных авторов по общности точек зрения или по научным школам;
- контрольная работа должна заканчиваться подведением итогов проведенной исследовательской работы: содержать краткий анализ обоснование преимуществ той точки зрения по рассматриваемому вопросу, с которой Вы солидарны.

*Структура контрольной работы*

1. Начинается контрольная работа с *титульного листа*.

Образец оформления титульного листа для контрольной работы представлен в Приложении 1.

2. За титульным листом следует *Оглавление*. Оглавление - это план контрольной работы, в котором каждому разделу должен соответствовать номер страницы, на которой он находится.

3. *Текст* контрольной работы. Он делится на три части: *введение, основная часть и заключение*.

*Введение* - раздел контрольной работы, посвященный постановке проблемы, которая будет рассматриваться и обоснованию выбора темы.

*Основная часть* - это звено работы, в котором последовательно раскрывается выбранная тема. Основная часть может быть представлена как цельным текстом, так и разделена на главы. При необходимости текст контрольной работы может дополняться иллюстрациями, таблицами, графиками, но ими не следует "перегружать" текст.

*Заключение* - данный раздел контрольной работы должен быть представлен в виде выводов, которые готовятся на основе подготовленного текста. Выводы должны быть краткими и четкими. Также в заключении можно обозначить проблемы, которые "высветились" в ходе работы над контрольной работой, но не были раскрыты в работе.

*Список источников и литературы*. В данном списке называются как те источники, на которые ссылается студент при подготовке контрольной работы, так и все иные, изученные им в связи с его подготовкой. В работе должно быть использовано не менее 5 разных источников, из них хотя бы один – на иностранном языке (английском, французском и др.). Работа, выполненная с использованием материала, содержащегося в одном научном источнике,

является явным плагиатом и не принимается. Оформление Списка источников и литературы должно соответствовать требованиям библиографических стандартов (см. *Оформление Списка источников и литературы*).

*Объем и технические требования, предъявляемые к выполнению контрольной работы*

Объем работы должен быть, как правило, не менее 12 и не более 20 страниц.

#### *Правила оформления контрольной работы*

1. Контрольная работа должна быть напечатана на стандартном листе писчей бумаги в формате А4. Поля должны оставаться по всем четырём сторонам печатного листа: левое поле - 25 мм, правое - не менее 10 мм, верхнее и нижнее - не менее 20 мм, количество знаков на странице - примерно 2000.

2. Шрифт для основного текста: TimesNewRoman, размер шрифта 14 pt, полуторный интервал. В рабочем поле располагается 28-30 строк. Выравнивание основного текста — по ширине; перенос - автоматический; начертание литер - обычное; для заголовков желательно Arial, начертание литер - полужирное. Абзацы в тексте следует начинать с отступа, равного 10 мм.

3. Каждая новая глава начинается с новой страницы; это же правило относится к другим основным структурным частям работы (введению, заключению, списку литературы, приложениям и т. д.). Главы (разделы) основной части работы должны иметь порядковую нумерацию, например, 1, 2, 3 и т.д. Подразделы («параграфы») должны иметь порядковую нумерацию в пределах каждой главы, например: 1.1, 1.2, 1.3, выделенные части "параграфа" - 1.1.1, 1.1.2, 1.1.3

4. Заголовки структурных элементов основной части следует располагать в середине строки без точки в конце и печатать прописными буквами, не подчеркивая. Если заголовки содержат несколько предложений, их разделяют точками. Переносы слов в заголовках не допускаются. Расстояние между заголовками глав и других структурных элементов основной части и текстом должно быть не менее 3-4 интервалов. Название каждой новой части и параграфа в тексте работы следует писать более крупным шрифтом, чем остальной текст (например, 16-ым). Расстояние между заголовком и текстом - 15 мм, между заголовком раздела и подраздела — 8 мм.

5. По каждому пункту рубрики в содержании (оглавлении) проставляются страницы. Содержание должно строго соответствовать заголовкам в тексте.

6. Излагать материал следует четко, ясно, используя научную терминологию, избегая повторений и общеизвестных положений, содержащихся в учебниках и учебных пособиях. Пояснять надо только малоизвестные или разноречивые понятия, делая ссылку на авторов. В тексте контрольной работы рекомендуется чаще применять красную строку, выделяя законченную мысль в самостоятельный абзац.

7. Сокращение слов в тексте и в подписях под иллюстрациями не допускается. Исключения составляют сокращения, установленные ГОСТ 7.12-93, а также общепринятые сокращения, такие, как, например, РФ и т.п. Не допускается введение собственных сокращения обозначений и терминов. Наименования, приводимые в тексте и в иллюстрациях, должны быть одинаковыми.

8. Страницы контрольной работы с рисунками и приложениями должны быть пронумерованы сквозной нумерацией. Первой страницей является титульный лист (номер не отображается).

9. Титульный лист оформляется по установленному образцу (см. приложение 1).

10. После титульного листа помещается содержание (оглавление) с указанием номеров страниц.

11. В тексте контрольной работы могут быть перечисления. Перед каждой позицией перечисления следует ставить дефис. Если необходима дальнейшая детализация перечислений, используют арабские цифры, после которых ставится скобка (без точки), запись производится с абзацного отступа. Каждый пункт, подпункт и перечисление следует записывать с абзацного отступа.

12. Все используемые в контрольной работе материалы даются со ссылкой на источник. Ссылки в тексте после упоминания материала проставляются в квадратных скобках: ставится номер, под которым значится источник в списке литературы, номер страницы (пример - [7,с. 21]).

13. Цифровой материал, как правило, оформляют в виде таблиц. Название помещается над таблицей.

Таблица \_\_\_ - \_\_\_\_\_  
(номер араб.цифрой) (название таблицы с заглавной буквы без точки в конце)

Заголовки граф и строк таблицы начинают с прописных букв. Разделять заголовки и подзаголовки боковика (графа для заголовка) и граф диагональными линиями не допускаются. Заголовки граф (колонок) могут быть записаны параллельно или перпендикулярно (при необходимости), строкам таблицы.

Высота строк в таблице должна быть не менее 8 мм.

Таблицы, за исключением таблиц приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией в главе: Таблица 1 (номер главы).1(порядковый номер таблицы в главе).

Слово «Таблица\_\_» указывают один раз слева над таблицей, наименование таблицы пишут с первой прописной буквы на той же строке, отделяя тире, в конце наименования точку не ставят.



Таблица 1.1 – Основные демографические показатели Румынии, 2012 г.

Заголовок			Заголовки граф		
			Подзаголовки граф		
			строки		

Если строки или графы таблицы выходят за формат страницы, ее делят на части, при этом в каждой части таблицы повторяют ее головку или боковик. Допускается головку или боковик заменять соответственно номером граф и строк. Для этого нумеруют арабскими цифрами графы и (или) строки первой части таблицы. Над второй частью таблицы пишут слова «Продолжение таблицы» с указанием номера, слева над ней. Название таблицы помещают только над первой ее частью. Допускается помещать таблицу вдоль длинной стороны листа.

На все таблицы контрольной работы должны быть даны ссылки в тексте по типу: Текст текст текст .....(таблица 1.1).

14. Иллюстрации (рисунки) следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией в пределах главы. Слово «Рисунок» и наименование рисунка помещают после пояснительных данных внизу без точки в конце (пример: Рисунок 1.1 - Этапы процесса формирования экологического туризма).

15. Список литературы указывается в конце контрольной работы (перед приложением), составляется в алфавитном порядке (Приложение 2).

Сведения о книгах (монографии, учебники, справочники и т.п.) должны включать: фамилию и инициалы автора (авторов), название книги, город, издательство, год издания, общее количество страниц, страницы, используемые в тексте. Наименование места издания необходимо приводить полностью в именительном падеже; допускается сокращение названия только двух городов - Москва (М), Санкт-Петербург (СПб).

Сведения о статье из периодического издания должны включать: фамилию, инициалы автора, заглавие статьи, наименование издания (журнала), наименование серии, год выпуска, том, номер издания (журнала), страницы, на которых помещена статья.

16. При цитировании текста цитата приводится в кавычках, а после нее в квадратных скобках указывается ссылка на литературный источник по списку литературы и номер страницы, на которой в этом источнике помещен цитируемый текст (например: [Иванов, 2000, стр. 10]). Если делается ссылка на источник, то цитата из него не приводится, то достаточно в скобках указать порядковый номер источника согласно списку используемой. Например: [14]. Такой порядок оформления ссылок на литературные источники позволит избежать повторения названий источников при многократном их использовании в тексте.

17. Работа должна быть тщательно отредактирована и представлена преподавателю на проверку.

## **3 ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ**

Контрольная работа содержит 15 вариантов заданий. Варианты контрольных работ выбираются по начальной букве фамилии студента (табл. 1).

Таблица 1 - Выбор номера варианта в контрольной работе

<b>Начальная буква фамилии студента</b>	<b>Номер варианта</b>
А, Р	1
Б, С	2
В, Т	3
Г, У	4
Д, Ф	5
Е, Ё	6
Ж, Х	7
З, Ц	8
И, Ч	9
К, Ш	10
Л, Щ	11
М, Э	12
Н, Ю	13
О, Я	14
П	15

### ***Вариант 1***

1. Дать характеристику гимнастики, как средство оздоровления и рекреации обучающихся.

2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Разновидности перекатов» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений в парах с гимнастической палкой).

### ***Вариант 2***

1. Представить классификацию и характеристику спортивных видов гимнастики.

2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение кувырку вперед» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений с обручем).

### ***Вариант 3***

1. Представить классификацию оздоровительных видов гимнастики и их характеристику.

2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение стойке на голове и руках» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений в кругу с мячом).

#### ***Вариант 4***

1. Описать историю создания и основ гимнастической терминологии.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение стойке на лопатках» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений со скакалкой).

#### ***Вариант 5***

1. Перечислить методические особенности гимнастических упражнений.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение элементу – кувырок вперед, в стойку на лопатках» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений с гимнастическим мячом).

#### ***Вариант 6***

1. Представить классификацию и характеристику упражнений видов мужского гимнастического многоборья.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение перевороту боком «колесо»» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений с двумя гимнастическими палками).

#### ***Вариант 7***

1. Представить классификацию и характеристику упражнений видов женского гимнастического многоборья.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение длинному кувырку» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений на скамейке).

#### ***Вариант 8***

1. Раскрыть основы методики обучения гимнастическим упражнениям.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение элементу – «мост» из положения, лежа на спине» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений у скамейке).

#### ***Вариант 9***

1. Перечислить правила обеспечения безопасности на занятиях гимнастикой.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение элементу – «мост» из положения, лежа на спине с поворотом кругом в упор присев» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений с двумя скакалками).

#### ***Вариант 10***

1. Раскрыть особенности педагогической технологии составления комплексов общеразвивающих упражнений.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение разновидностям шагов на гимнастическом бревне» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой).

### ***Вариант 11***

1. Привести примеры общеразвивающих упражнений комплексного характера: для развитие силы, гибкости, формирование правильной осанки.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение соскокам и их разновидностям» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений в парах с гимнастическим мячом).

### ***Вариант 12***

1. Представить классификацию и характеристику строевых упражнений.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение элементу – подъем переворотом в упор на перекладине» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений в парах с набивным мячом).

### ***Вариант 13***

1. Представить характеристику общеразвивающих упражнений с предметами (мячи, обручи, палки, скакалки, на скамейке). Назначение и особенности проведения упражнений.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение стойке на руках» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений со скакалкой).

### ***Вариант 14***

1. Дать характеристику методики обучения акробатическим упражнениям: группировка, перекаты, кувырок вперед, кувырок назад, стойка на лопатках, стойка на голове и руках.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение элементу – кувырок назад» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений с набивным мячом).

### ***Вариант 15***

1. Дать характеристику методики обучения гимнастическим упражнениям в висах и упорах.
2. Составить конспект урока по гимнастике, тема «Обучение элементу – кувырок назад в полушпагат» (в подготовительной части комплекс общеразвивающих упражнений со скакалкой (прыжки в парах, в тройках)).

## **4 ПОДГОТОВКА И ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

По контрольным работам, принятым к защите, в установленные сроки проводится защита.

На защиту контрольной работы студенты заочной форм обучения приходят с зачетной книжкой.

Защита представляет собой устное собеседование, по результатам которого определяется уровень знаний автора по теме контрольной работы. Слово «защита» подразумевает, что автор в ходе устного собеседования защищает (обосновывает) свою точку зрения, полученные им в контрольной работе.

Итоговая оценка за контрольную работу определяется с учетом уровня защиты и предварительной оценки, поставленной за контрольную работу преподавателем, и проставляется в зачетную книжку и в ведомость.

*Подготовка студента к защите контрольной работы:*

1. Научный доклад должен быть подготовлен так, чтобы в краткий промежуток времени сказать все необходимое.

2. Чрезмерная тревожность может быть ослаблена за счет тщательности подготовки доклада, приобретения опыта выступления с научными сообщениями.

3. Примерная структура доклада:

- представление темы контрольной работы;
- актуальность проблемы;
- основные теоретические аспекты проблемы;
- рекомендации, предложения.

4. Доклад должен быть выучен наизусть.

5. Конец доклада должен быть логически связан с его началом.

6. Защита контрольной работы проводится публично.

7. В течение 5-7 минут автор знакомит присутствующих с основными положениями работы.

8. Автор отвечает на вопросы присутствующих. Должен дать краткие, но обстоятельные ответы на все заданные вопросы. Категорически не допускаются возражения и ответы в виде «вопросов на вопрос».

9. Все желающие принимают участие в обсуждении работы.

10. Автор контрольной работы произносит заключительное слово.

11. Преподаватель принимает решение об оценке по результатам выполнения и защиты контрольной работы.

## 5 ОЦЕНИВАНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

*Оценивая контрольную работу, преподаватель обращает внимание на:*

- соответствие содержания выбранной теме;
- отсутствие в тексте отступлений от темы;
- соблюдение структуры работы, четка ли она и обоснованна;
- умение работать с научной литературой - вычленять проблему из контекста;
- умение логически мыслить;
- культуру письменной речи;
- умение оформлять научный текст (правильное применение и оформление ссылок, составление библиографии);
- умение правильно понять позицию авторов, работы которых использовались при написании контрольной работы;
- способность верно, без искажения передать используемый авторский материал;
- соблюдение объема работы;
- аккуратность и правильность оформления, а также технического выполнения работы.

Контрольная работа должна быть сдана для проверки в установленный срок.

*Оценка контрольной работы:*

Критерии оценки контрольной работы:

Оценка «отлично» ставится в том случае, если:

- тема контрольной работы актуальна;
- список литературы (с соответствующими ссылками в тексте контрольной работы) содержит не менее 5 источников;
- ссылки должны охватывать все источники;
- в работе присутствуют таблицы, графики, логические схемы, диаграммы;
- существует возможность научной публикации;
- в работе присутствует глоссарий ключевых слов;
- работа сопровождается удачными приложениями (карты, аналитические таблицы и др.);
- объем работы составляет не менее 12-15 печатных страниц;
- отличная защита работы с применением современных информационных технологий;
- к работе прилагаются рукопись тезисов доклада (1 стр.) для выступления на НПК, научная статья (3-5 стр.) для последующей публикации.

Оценка «хорошо» ставится в том случае, если:

- тема контрольной работы актуальна;
- в работе присутствуют: методология, анализ исследуемого явления;

- список литературы (с соответствующими ссылками) содержит не менее 5 источников;
  - ссылки должны охватывать все источники;
  - в работе присутствуют таблицы, графики, логические схемы, диаграммы;
  - существует возможность практического использования результатов работы;
  - существует возможность продолжения исследования;
  - работа сопровождается удачными приложениями (карты, аналитические таблицы и др.);
  - объем работы составляет не менее 12-15 печатных страниц;
  - хорошая защита работы.
- Оценка *«удовлетворительно»* ставится в том случае, если:
- тема контрольной работы актуальна;
  - в работе присутствуют: обзор литературы по исследуемой проблеме, анализ и проектные решения;
  - список литературы (с соответствующими ссылками) содержит не менее 4 источников;
  - ссылки должны охватывать все источники;
  - в работе присутствуют таблицы, графики, логические схемы, диаграммы;
  - существует возможность практического использования некоторых результатов работы;
  - существует возможность продолжения исследования;
  - работа сопровождается удачными приложениями (карты, аналитические таблицы и др.);
  - объем работы составляет не менее 12-15 печатных страниц;
  - удовлетворительная защита работы.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

### *Основная литература*

1. Журавин М.Л., Меньшиков Н.К. Методические рекомендации по предупреждению травматизма на занятиях: учеб.пособ. – М:Академия, 2008, - 448 с.

2. Воропаев В.В. и др. Краткий курс гимнастики: учебное пособие – М.: Советский спорт, 2008, – 72с.

3. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: учебное пособие – М.,2009. – 448с.

### *Дополнительная литература*

1. Венгерова Н.Н., Гобузева К.В. Особенности видов подготовки в художественной гимнастике: учебно–метод. пособие. – Спб.: ГУФКим. Лесгафта, 2007. – 68с.

2. Глейberman А.Н. Групповые упражнения без предметов: учебное пособие – М.: ФиС 2004. – 232с.

3. Глейberman А.Н. Упражнения в парах: учебное пособие – М.: ФиС 2005. – 256с.

4. Глейberman А.Н. Упражнения со скакалкой: учебное пособие – М.: ФиС 2007. – 234с.

5. Смолевский В.М. Гимнастика и методика преподавания: учебник для ИФК. – М.: ФиС 1987. – 287с.

6. Залетаев И.И., Полиевский С.А. Общеразвивающие упражнения: учебное пособие – М.: ФиС,2002. – 120с.

7. Херувимова С.А. Общеразвивающие упражнения с использованием гимнастической скакалки и скамейки: учебное пособие - ЧГИФК, 2009. – 80с.

8. Херувимова С.А., Херувимова Т.А. Общеразвивающие упражнения с предметами: учебное пособие - ЧГИФК, 2013. – 93с.



## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

*Образец оформления титульного листа*

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

по дисциплине

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ГИМНАСТИКА»

***Вариант 14***

Выполнил: студент \_\_\_\_\_ группы

\_\_\_\_\_  
(фамилия, инициалы студента)

Проверил: старший преподаватель

Херувимова С.А.  
(фамилия, инициалы преподавателя)

Чайковский, 2020 г.

ПРИМЕРЫ БИБЛИОГРАФИЧЕСКИХ ЗАПИСЕЙ  
ДОКУМЕНТОВ В СПИСКЕ ЛИТЕРАТУРЫ

**(Библиографические записи оформляются в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1 – 2003 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления»)**

*Для книг:*

1. Станкин, М.И. Психология управления / М.И. Станкин. – М.: Бизнес-школа «Ин-тел-Синтез», 2009.

*Нормативные правовые акты*

2. Конституция Российской Федерации: офиц. текст. – М.: Маркетинг, 2001. – 39 с.

*Многотомное издание:*

1. Безуглов, А. А. Конституционное право России: в 3 т.: учебник для юрид. вузов / А. А. Безуглов, С. А. Солдатов. - М.: Профтехобразование, 2010. - Т. 1-3.

*Для учебных материалов:*

1. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник / Ю.Ф. Курамшина. М.: Советский спорт, 2007.-464 с.-**10 экз.**

2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2014.

*Оформление статей в списке литературы (1 автор):*

1. Бальсевич В.К. Здоровьеформирующая функция образования в Российской Федерации (материалы к разработке национального проекта оздоровления подрастающего поколения России в период 2006–2026 гг.) / В.К. Бальсевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 5. – С. 2–6.

*Оформление статей в списке литературы (до 4 авторов):*

1. Срулевич, С.А. Динамика показателей уровня физического здоровья детей младшего школьного возраста/ С.А. Срулевич, Ж.Н. Власова// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка – 2015. – №3. – С.45 –47.

*Оформление статей в списке литературы (4 автора и более):*

3. Особенности национальной культуры в формировании мотивации к труду / М. Е. Плетнев [и др.] // Менеджмент и предпринимательство. - 2003 - № 9. - С. 28 – 31.

*Оформление электронных источников:*

1. Айзман Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А.— Электрон.текстовые данные.— Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010.— 214 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/4144>.— ЭБС «IPRbooks»;

2. Чуприна Е.В. Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие / Чуприна Е.В., Закирова М.Н. — Электрон.текстовые данные.— Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013.— 216 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22619>.— ЭБС «IPRbooks»;

3. Исаев В.А. Физиологические аспекты здорового образа жизни [Электронный ресурс]/ Исаев В.А.— Электрон.текстовые данные.— М.: Академия стандартизации, метрологии и сертификации, 2011.— 95 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/44309>.— ЭБС «IPRbooks».

Учебное издание

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ГИМНАСТИКА**

Методические указания

**Составители: ХЕРУВИМОВА Светлана Алексеевна  
ХЕРУВИМОВА Татьяна Анатольевна**

Редактор Г. В. Кошкина

Подписано в печать 15.11.2020. Формат 60x84 1/8. Уч. изд. л. 0,7.

Объем данных 0,1 Мб. Заказ № 1045.

Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования  
«Чайковский государственный институт физической культуры» (ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)  
617764, Пермский край, г. Чайковский, ул. Ленина, 67, ауд. 201.

[www.chifk.ru](http://www.chifk.ru)

и литературы