

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное**  
**образовательное учреждение высшего образования**  
**«Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева»**  
**(Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева)**

*Колледж Астраханского государственного университета им. В. Н. Татищева*

**СОГЛАСОВАНО**  
Руководитель ОПОП  
Федорова Т.А.  
«26» мая 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Председатель ЦК (МО)  
Миронова С.А.  
протокол заседания ЦК (МО)  
от «26» мая 2025 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
**по учебной дисциплине**

*Гимнастика*

Составитель	Рыбникова О.Л., доцент кафедры физической культуры
Наименование специальности	49.02.01 Физическая культура
Квалификация выпускника	педагог по физической культуре и спорту
Форма обучения	очная
Год приема (курс)	2026 (I курс)

Астрахань, 2025г.

# **СОДЕРЖАНИЕ**

**1. Общие положения**

**2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке**

**3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля**

**4. Контрольные задания для оценки результатов освоения учебной дисциплины**

## 1. Общие положения

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) предназначен для контроля и оценки результатов освоения обучающимися учебной дисциплины «Гимнастика» ФОС включают контрольные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, разработанные в соответствии с требованиями ФГОС СПО и содержанием рабочей программы учебной дисциплины.

Учебная дисциплина «Гимнастика» относится к обязательной части дисциплин общепрофессионального цикла ОПЦ.14.

## 2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

Код компетенции	Планируемые результаты освоения учебной дисциплины	
	Умения	Знания
ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам гимнастики;</li> <li>- выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам гимнастики;</li> <li>- использовать терминологию в гимнастике;</li> <li>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</li> <li>- обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов гимнастики;</li> <li>- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;</li> <li>- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами гимнастической деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и этапы развития гимнастики;</li> <li>- терминологию изученных базовых и новых видов гимнастики;</li> <li>- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов гимнастики;</li> <li>- содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам гимнастики в школе;</li> <li>- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов гимнастики;</li> <li>- основы судейства по изученным видам гимнастики;</li> <li>- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.</li> </ul>

## 3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля

Наименование элемента умений или знаний	Наименование оценочного средства текущего контроля и промежуточной аттестации	
	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
– планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам гимнастики;	Устный опрос, письменная работа, оценка выполнения практического	Задания к зачету 3 семестра

	задания	Задания экзамену 4 семестра	к
– использовать терминологию в гимнастике;	Устный опрос, письменная работа, оценка выполнения практического задания		
– обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов гимнастики;	Устный опрос, письменная работа, оценка выполнения практического задания		
– применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;	Устный опрос, письменная работа, оценка выполнения практического задания		
– планировать содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам гимнастики в школе;	Устный опрос, письменная работа, оценка выполнения практического задания		
– владеть методикой обучения двигательным действиям базовых и новых видов гимнастики;	Устный опрос, письменная работа, оценка выполнения практического задания		
– применять основы судейства по изученным видам гимнастики;	Устный опрос, письменная работа, оценка выполнения практического задания		

#### 4. Контрольные задания для оценки результатов освоения учебной дисциплины

##### 4.1. Контрольные задания для текущего контроля

###### Тесты:

По разделу «Теоретические основы гимнастики»

*Выберите один правильный ответ*

1. Родина гимнастики...

а) Индия, Китай; б) Греция, Индия; в) Корея, Китай; г) Индия, Япония.

2. «Гимнастика» происходит от греческого *gymnastire*, *gymnast*, обозначающего...

а) усиливаю; б) обнаженный; в) пластичный; г) упражняю.

3. При записи гимнастических упражнений применяют следующие формы:

а) Текстовая и рисунки

б) Описательная и графическая

в) Обобщенная, конкретная терминологическая, сокращенная, графическая

4. Гимнастика использует следующие группы средств:

- а) Строевые упражнения, ОРУ, прикладные упражнения, футбол, настольный теннис, упражнения художественной гимнастики
- б) Упражнения на снарядах, ОРУ, легкая атлетика, акробатические упражнения, спортивные игры, хореография, танцы
- в) Строевые упражнения, ОРУ, прикладные упр., упр. на гимнастических снарядах, акробатические упр., вольные упр.

5. Спортивные виды гимнастики направлены на:

- а) Достижение высокого технического мастерства в избранном виде
- б) Формирование красивой фигуры
- в) Укрепление здоровья, формирование знаний и умений в области физкультуры, содействие высокой работоспособности и жизнедеятельности занимающихся

6. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии

- а) Доступность, краткость, точность
- б) Содержательность, доступность
- в) Образность, наглядность, содержательность

7. Укажите неправильную запись термина:

- а) Наклон вправо
- б) Наклон
- в) Наклон вперед прогнувшись
- г) Прогнуться книзу

8. Для размыкания группы приставными шагами подается команда:

- а) «На два (три) шага – разойдись!»
- б) Группа, от середины на два(три) шага приставными шагами –разомкнись!»
- в) «На два (три) приставных шага – построились!»

9. Для перестроения группы из одной шеренги в две подается команда:

- а) «В две шеренги –по два становись!»
- б) «В две шеренги – перестройся!»
- в) «В две шеренги – стройся!»

10. Для изменения движения колонны в противоположном направлении подается команда:

- а) «Противоходом налево (направо) – марш!»
- б) «Обратно в обход– марш!»
- в) Змейкой налево (направо) – марш!»

11. Что соответствует схеме выполнения общеразвивающих упражнений по типу зарядки:

- а) упражнения, выполняемые «от центра к периферии» (туловище, руки, ноги и т.д.);
- б) упражнения, выполняемые сверху вниз (голова, плечи, руки, туловище и т.д.);
- в) упражнения, выполняемые снизу вверх (ноги, таз, туловище и т.д.).

12. Последовательность построения слов команды при размыкании и смыкании:

- а) Направление движения, строй
- б) Направление, расстояние, способ исполнения
- в) Расстояние, движение, интервал

13. Что является не правильным в методике обучения:

- а) от простого к сложному;
- б) от неизвестного к известному;
- в) от лёгкого к трудному.

14. Для перестроения группы дроблением и сведением, какая подается первая команда:

- а) «Через центр – марш!»
- б) «В колонну по два через центр - марш!»
- в) «В колонны по одному налево и направо в обход – марш!»

15. Интервал это:

- а) расстояние на один шаг друг от друга
- б) расстояние между занимающимися в шеренге
- в) расстояние между занимающимися, стоящими в колонну

По разделу: «Основы гимнастических упражнений»

*Выберите один правильный ответ*

1. После какой команды принимается положение основной стойки:

- а) «Разойдись!»
- б) «Смирно!»
- в) «Вольно!»
- г) «Отставить!»

2. Как называется расстояние между занимающимися в колонне:

- а) расстояние
- б) дистанция
- в) уступ
- г) интервал

3. Назовите правильную команду для начала общеразвивающих упражнений:

- а) «начинаем делать»
- б) «к выполнению приступить»
- в) «упражнение начинай»
- г) «начинай»

4. При выполнении команды “Вольно!”, ученик...

- а) встать свободно, но не сходить с места
- б) должен встать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать
- в) выйти из строя и прыгать
- г) выполнить поворот кругом

5. Укажите название стойки, при которой опора производится лопатками, шеей, затылком и локтями.

- а) стойка на голове и руках
- б) стойка на лопатках
- в) стойка на руках
- г) стойка на носках

6. Изменение строя или размещения занимающихся называется:

- а) перестроение
- б) разведение
- в) смыкание
- г) размыкание

7. Поворот "налево" осуществляется:

- а) в сторону левой руки на левой пятке и на правом носке

- б) прыжком направо
- в) в сторону правой руки на правой пятке и на левом носке
- г) в сторону левой руки на левом носке и правой пятке

8. С упражнений на какие группы мышц начинаются общеразвивающие упражнения на месте:

- а) с мышц ног – приседания и махи ногами
- б) с мышц спины – наклоны и круговые движения туловищем
- в) с мышц рук – круговые движения в локтевых и плечевых суставах
- г) с мышц шеи – наклоны и круговые движения головой

9. Назовите дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре:

- а) мост
- б) дуга
- в) лодочка
- г) ласточка

10. Какой из разделов входит в изучение темы «Гимнастика» в начальной школе:

- а) сальто
- б) упражнение с лентой
- в) упражнение с кольцами
- г) лазание

11. Строевые упражнения это:

- а) Разнообразные перемещения по площадке
- б) Методы организация занимающихся
- в) Одиночные и совместные действия занимающихся в строю

12. Что не входит в группу прикладных упражнений гимнастики:

- а) лазание и простые прыжки
- б) метание и равновесие
- в) кросс и плавание

13. Строевые упражнения подразделяются на группы:

- А) Разнообразные групповые перемещения по площадке
- Б) Повороты, бег, построения
- В) Строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания

14. Методика обучения двигательному действию имеет:

- а) три этапа (начальный, углубленный, этап совершенствования)
- б) два этапа (разучивания и закрепления)
- в) четыре этапа (создания представления о двигательном действии, обучения, исправления ошибок и повторения)

15. В процессе обучения двигательным действиям используются методы целостного и расчленённого упражнения. Выбор метода зависит от:

- а) сложности основы техники;
- б) предпочтения преподавателя;
- в) возможностей занимающихся и их настроения.

По разделу: «Упражнения гимнастического многоборья»

*Выберите один правильный ответ*

1. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как:

- а) наскок;
- б) спрыгивание;

- в) соскок;
- г) завершение упражнения.

2. Положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры называются:

- а) упор;
- б) вертикальное усилие;
- в) хват;
- г) вис.

3. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как:

- а) группировка;
- б) сед;
- в) поза;
- г) комбинация.

4. Махом одной, толчком другой переворот правым (левым) боком:

- а) «колесо»;
- б) сальто;
- в) рондат;
- г) перекат.

5. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорной поверхности отдельными частями тела:

- а) переворот;
- б) перекат;
- в) кувырок;
- г) сальто.

6. Свободное движение тела относительно оси вращения:

- а) мах;
- б) поворот;
- в) переворот;
- г) наклон.

7. Переход из вися в упор или из более низкого положения в высокое называется:

- а) выход;
- б) спад;
- в) подтягивание;
- г) подъём.

8. Быстрый переход из упора в вис:

- а) соскок;
- б) спад;
- в) мах;
- г) спуск.

9. Способ держания спортивного снаряда, предмета в процессе выполнения упражнения:

- а) упор;
- б) захват;
- в) хват;
- г) прихват



10. К спортивным видам гимнастики относятся:

- а) спортивная гимнастика
- б) спортивная акробатика
- в) художественная гимнастика
- г) атлетическая гимнастика

11. Что такое страховка в гимнастике:

- а) это обеспечение безопасности при выполнении упражнений, осуществляемое учителем физической культуры или учениками класса.
- б) это меры предосторожности
- в) это помощь при выполнении упражнения

12. Прикладные виды гимнастики направлены на:

- а) На достижение высокого мастерства в избранном виде
- б) На содействие развитию жизненно необходимых умений, навыков, физических качеств
- в) На укрепление здоровья, коррекцию недостатков и профилактику заболеваний дыхательной системы

13. Как наиболее правильно выбрать место для страховки:

- а) Страховующий должен стоять у места приземления гимнаста со снаряда.
- б) Страховующий должен знать технику выполняемого упражнения и правильно выбирать место для страховки при возможном падении гимнаста со снаряда.
- в) Страховующий обязан следить за выполнением упражнения и не ослаблять своего внимания до его полного окончания.

14. Что такое самостраховка:

- а) Это заранее разученные приемы обеспечения безопасности, применяемые самим занимающимся для предупреждения травм.
- б) Это метод, обеспечивающий безопасность занятий.
- в) Это прием, который обеспечивает безопасность страховующему.

15. Под техникой двигательного действия понимается:

- а) Методы целенаправленного и успешного разучивания двигательного действия.
- б) Управление обучением двигательному действию, согласно его описанию.
- в) Целесообразный способ или совокупность способов управления движениями, обеспечивающий успешное выполнения упражнения.

### **Теоретические вопросы:**

1. История возникновения и последующего развития избранного вида спорта (легкой атлетики, гимнастики) в России.
2. Назовите виды строевых упражнений.
3. Дайте определение виду строя – шеренга.
4. Дайте определение виду строя – колонна.
5. Перечислите повороты на месте.
6. Какие команды подаются при размыкании и смыкании.
7. Назовите виды перестроений.
8. Правила использования спортивного инвентаря и оборудования, подготовки мест занятий.
9. Техника безопасности на занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности.
10. Роль общеразвивающих упражнений.
11. Возрастные особенности развития основных физических качеств.
12. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий.
13. Правила использования спортивного инвентаря и оборудования, подготовка мест занятий.

14. Роль общеразвивающих упражнений.
15. Общая характеристика и виды гимнастики.
16. Техника безопасности на занятиях по гимнастике.
17. Виды строя.
18. Повороты на месте.
19. Размыкание и смыкание.
20. Команды при построении и перестроениях.
21. Основные исходные положения.
22. Последовательность выполнения общеразвивающих упражнений.
23. Команды при проведении общеразвивающих упражнений.
24. Основы техники акробатических упражнений.
25. Понятие и виды физических качеств.
26. Упражнения с предметами. Характеристика.

### **Практические задания:**

#### **Учебное задание 1**

1. Продемонстрировать методику обучения перестроению из шеренги в две шеренги и обратно.
2. Продемонстрировать методику обучения перестроению из шеренги в три шеренги и обратно.
3. Продемонстрировать методику обучения перестроению из шеренги в три шеренги уступом по расчёту и обратно.
4. Продемонстрировать методику обучения перестроению из колонны в колонну по два и обратно.
5. Продемонстрировать методику обучения перестроению из колонны в колонну по три и обратно.

#### **Учебное задание 2**

1. Продемонстрировать методику обучения перестроению из колонны в колонну по три поворотом налево в движении и обратно.
2. Продемонстрировать методику обучения перестроению дроблением и сведением из колонны в колонну по 4 и обратного перестроения разведением и слиянием.
3. Продемонстрировать методику обучения повороту налево (направо) в движении.
4. Продемонстрировать методику обучения повороту кругом в движении.
5. Продемонстрировать методику обучения передвижению по команде «Прямо!».

#### **Учебное задание 3**

1. Продемонстрировать методику обучения кувырку вперёд.
2. Продемонстрировать методику обучения кувырку назад.
3. Продемонстрировать методику обучения стойке на лопатках.
4. Продемонстрировать методику обучения стойке на голове.
5. Продемонстрировать методику обучения длинному кувырку вперёд.

#### **Учебное задание 4**

1. Продемонстрировать методику обучения «мосту» из положения лёжа на спине.
2. Продемонстрировать методику обучения «мосту» из стойки ноги врозь наклоном назад.
3. Продемонстрировать методику обучения повороту кругом из «моста» в упор стоя на одном колене.
4. Продемонстрировать методику обучения стойке на руках махом одной и толчком другой.
5. Продемонстрировать методику обучения перевороту в сторону.

#### **Учебное задание 5**

1. Продемонстрировать методику обучения подъёму переворотом в упор на низкой перекладине махом одной и толчком другой.
2. Продемонстрировать методику обучения обороту назад в упоре на низкой перекладине.
3. Продемонстрировать методику обучения размахиванию изгибами в висе на верхней жерди.
4. Продемонстрировать методику обучения соскоку махом назад из размахивания в упоре на параллельных брусьях.
5. Продемонстрировать применение методов показа и объяснения при обучении размахиванию в упоре на параллельных брусьях

#### **Учебное задание 6**

1. Продемонстрировать методику обучения прыжку ноги врозь через козла в ширину на высоте 100-110 см.
2. Продемонстрировать методику обучения прыжку, согнув ноги через козла в ширину на высоте 100-110 см.
3. Продемонстрировать методику обучения прыжку боком через коня в ширину на высоте 110 см.

#### **Учебное задание 7**

1. Продемонстрировать проведение упражнений в движении в подготовительной части урока.
2. Продемонстрировать методику обучения массовым вольным упражнениям.

#### **Учебное задание 8**

1. Продемонстрировать методику проведения ОРУ без предмета отдельным способом.
2. Продемонстрировать методику проведения ОРУ проходным способом.

#### **Самостоятельная работа:**

1. Классификация гимнастических упражнений.
2. Дать характеристику одной из групп гимнастических упражнений (по указанию преподавателя): задачи, классификация, методика обучения, методика применения на практике.
3. Техника безопасности на занятиях по гимнастике.
4. Методика обучения строевым упражнениям: техника исполнения, подаваемые команды, методика обучения, карточка.
5. Методические особенности обучения общеразвивающих упражнений (ОРУ): задачи, классификация, правила записи, требования к составлению комплексов, обучение ОРУ, способы проведения.
6. Разработать 4 разминочных комплекса ОРУ для урока основной гимнастики (первый – без предметов, второй – с набивным мячом, третий – со скакалкой, четвертый – с гимнастической палкой).
7. Упражнения на гимнастических снарядах (задачи, классификация, характеристика, методика использования). Дать характеристику этапам обучения гимнастическим упражнениям (задачи каждого этапа, средства, методы, методические приёмы).
8. Разработать методический комплекс обучения одного из гимнастических элементов.
9. Урок гимнастики в школе (основные задачи урока, общие требования к уроку, структура урока, организация урока и способы управления занимающимися).
10. Разработать документы планирования (тематизированную программу, план-график, рабочий план, конспект урока) по разделу «Гимнастика».

#### **4.2. Контрольные задания для промежуточной аттестации**

*Задания с одним правильным ответом:*

1. В группу прикладных упражнений входят:
  - а) катание на роликах
  - б) лазание
  - в) упражнения на кольцах
2. При записи гимнастических упражнений применяют следующие формы:
  - а) Текстовая и рисунки
  - б) Описательная и графическая
  - в) Обобщенная, конкретная терминологическая, сокращенная, графическая
3. Назвать основные методические приёмы, используемые для обучения дошкольников:
  - А) подробный рассказ, убеждение;
  - Б) ориентиры, образное слово, показ;
  - В) терминология, методические подсказки, указания.
4. Спортивные виды гимнастики направлены на:

- а) Достижение высокого технического мастерства в избранном виде
- б) Формирование красивой фигуры
- в) Укрепление здоровья, формирование знаний и умений в области физкультуры, содействие высокой работоспособности и жизнедеятельности занимающихся

5. Для изменения движения колонны в противоположном направлении подается команда:

- а) «Противоходом налево (направо) – марш!»
- б) «Обратно в обход – марш!»
- в) Змейкой налево (направо) – марш!»

6. Что относится к прикладным упражнениям гимнастики:

- а) бег, прыжки, танцевальные шаги, прыжки в глубину, прыжки на батуте, лазание
- б) равновесие, лазание по наклонной скамейке, висы, прыжки на скакалке
- в) переноска грузов, преодоление препятствий, метание, упражнения на согласование движений с музыкой

7. В процессе обучения двигательным действиям используются методы целостного и расчленённого упражнения. Выбор метода зависит от:

- А) сложности основы техники;
- Б) предпочтения преподавателя;
- В) возможностей занимающихся и их настроения.

8. Последовательность построения слов команды при размыкании и смыкании:

- а) Направление движения, строй
- б) Направление, расстояние, способ исполнения
- в) Расстояние, движение, интервал

9. Что является не правильным в методике обучения:

- а) от простого к сложному;
- б) от неизвестного к известному;
- в) от лёгкого к трудному.

10. Для перестроения группы дроблением и сведением, какая подается первая команда:

- а) «Через центр – марш!»
- б) «В колонну по два через центр - марш!»
- в) «В колонны по одному налево и направо в обход – марш!»

11. Сколько частей входит в структуру урока:

- а) 4 (вводная, подготовительная, основная, заключительная);
- б) 5 (вводная, подготовительная, часть освоения нового материала, повторения и заключительная часть);
- в) 3 (подготовительная, основная и заключительная)

12. От чего зависит продолжительность частей урока:

- а) от контингента занимающихся;
- б) от поставленных задач;
- в) от моторной плотности занятий.

13. Как оценить физическую нагрузку на уроке:

- а) по пульсу и внешним признакам;
- б) по эмоциональному состоянию;
- в) по чрезмерной активности и не желанию заниматься.

14. Интенсивность силовых упражнений на занятиях с юношами можно повысить за счёт:
- а) смены исходных положений;
  - б) качества выполнения упражнений;
  - в) темпа выполнения упражнений.
15. В содержание массовых гимнастических выступлений и праздников входят:
- а) ОРУ, упражнения с предметами и на гимнастической стенке;
  - б) массовые выступления, упражнения на гимнастическом бревне, соревновательные упражнения с мячом;
  - в) индивидуальные выступления, групповые упражнения, массовые упражнения

### **Перечень вопросов к экзамену**

1. Характеристика гимнастики как одного из основных средств и методов физического воспитания и оздоровления человека.
2. Классификация видов гимнастики на группы и их краткая характеристика.
3. Характеристика прикладных видов гимнастики.
4. Характеристика упражнений мужских видов многоборья в спортивной гимнастике.
5. Характеристика упражнений женских видов многоборья в спортивной гимнастике.
6. Характеристика упражнений видов спортивной акробатики.
7. Характеристика упражнений видов спортивной аэробики.
8. Характеристика основных средств гимнастики.
9. Характеристика упражнений художественной гимнастики.
10. Профилактика травматизма на занятиях разными видами гимнастики.
11. Характеристика гимнастической терминологии.
12. Врачебный контроль и самоконтроль на занятиях по гимнастике.
13. Характеристика специалиста в области массовых видов гимнастики.
14. Особенности организации занятий гимнастикой с людьми разного возраста и пола.
15. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям.
16. Характеристика строевых, общеразвивающих и прикладных упражнений как средств гимнастики.
17. Игровой метод применения средств гимнастики на уроках физической культуры.
18. Методика проведения урока гимнастики в общеобразовательной школе.
19. Особенности проведения занятий по гимнастике с детьми дошкольного возраста.
20. Особенности проведения занятий по гимнастике с детьми младшего школьного возраста.
21. Особенности проведения занятий с детьми среднего школьного возраста.
22. Особенности проведения занятий по гимнастике с детьми старшего школьного возраста.
23. Особенности занятий гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп.
24. Особенности занятий гимнастикой с женщинами.
25. Методика организации и проведения массовых гимнастических выступлений.
26. Планирование и учет работы по гимнастике в образовательных учреждениях.
27. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
28. Методика занятий гимнастикой с лицами среднего, пожилого и старшего возраста.
29. Методика обучения технике одного из опорных прыжков по выбору.
30. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на параллельных брусьях.
31. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на брусьях разной высоты.
32. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на кольцах.
33. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на коне.
34. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на перекладине.
35. Методика обучения технике одного из акробатических упражнений по выбору.
36. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на бревне.
37. Особенности методической подготовки учителя физической культуры, педагога тренера в области гимнастики.
38. Музыкальное сопровождение занятий по гимнастике

39. Основы техники гимнастических упражнений.

40. Методические особенности выполнения гимнастических упражнений на снарядах массового использования.

#### **Критерии оценки (в баллах)**

- оценка «отлично» – 90-100 баллов
- оценка «хорошо» – 70-89 баллов
- оценка «удовлетворительно» – 60-69 баллов
- оценка «неудовлетворительно» – менее 60 баллов