

Тема №2. Гимнастика.

1. История возникновения и последующего развития спортивной гимнастики.
2. Виды гимнастики: оздоровительная, спортивная, художественная, атлетическая, профессионально-прикладная (кратко о каждой)
3. Упражнения на брусках. (разница между мужскими и женскими упражнениями, история появления, соревнования(критерии оценивания упражнения)).
4. Вольные упражнения (разница между мужскими и женскими упражнениями, история появления, соревнования (критерии оценивания упражнения)).
5. Упражнения на коне. (разница между мужскими и женскими упражнениями, история появления, соревнования (критерии оценивания упражнения)).
6. Упражнения на кольцах (разница между мужскими и женскими упражнениями, история появления, соревнования (критерии оценивания упражнения)).
7. Опорный прыжок (разница между мужскими и женскими упражнениями, история появления, соревнования (критерии оценивания упражнения)).
8. Упражнения на перекладине (разница между мужскими и женскими упражнениями, история появления, соревнования (критерии оценивания упражнения)).
9. Упражнения на бревне (разница между мужскими и женскими упражнениями, история появления, соревнования (критерии оценивания упражнения)).
10. Соревнования по спортивной гимнастике (виды,судейство, выбор упражнений, олимпиада).
11. Алексей Немов – краткая спортивная биография.
12. Мария Пасека - краткая спортивная биография.
13. Художественная гимнастика – история возникновения, виды худ. гимнастики.