

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
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта

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

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по профессиональному модулю
ПМ.02 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ
ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ПМ.02.МДК.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы
по физической культуре

**ПМ.02.МДК.02 Организация и методика проведения физкультурно-
оздоровительных занятий с различными группами населения**

Составитель	Майорова Е.Б. старший преподаватель кафедры ФК
Наименование специальности	49.02.01 Физическая культура
Квалификация выпускника	педагог по физической культуре и спорту
Форма обучения	очная
Год приема (курс)	2026 (3,4 курс)

Астрахань 2025 г.

Содержание

- 1. Общие положения**
- 2. Результаты освоения профессионального модуля, подлежащие проверке**
- 3. Формы контроля и оценивания элементов профессионального модуля**
- 4. Контрольные задания для оценивания результатов освоения практик**
- 5. Контрольно-оценочные материалы для промежуточной аттестации.**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) предназначен для контроля и оценки результатов освоения обучающимися программы профессионального модуля ПМ 02 **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Результатом освоения профессионального модуля, является готовность обучающегося к выполнению следующих видов профессиональной деятельности (в соответствии с ФГОС СПО): **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

2. Результаты освоения профессионального модуля, подлежащие проверке

Код компетенции	Планируемые результаты освоения профессионального модуля		
	Практический опыт	Умения	Знания
ПК 2.1 Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.	-анализ учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;	анализировать нормативные документы, в области физической культуры и спорта; - анализировать программы, реализуемые в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида деятельности); - осуществлять разработку методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта;	нормативно-методические документы, в области физической культуры и спорта; - разновидности программ в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности); - технологию разработки методических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта;
ПК2.2 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта.	-планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;	- осуществлять разработку занятий по программам в области физической культуры и спорта с учетом их специфики и решаемых задач, применяемых педагогических технологий;	- педагогические технологии и современные методики подготовки занимающихся по программам в области физической культуры и спорта;
ПК 2.3 Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.	-планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;	- изучать и систематизировать базовые знания и передовой опыт в области физической культуры и спорта;	- достижения отечественной науки в области физической культуры и спорта;
ПК 2.4 Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта.	-разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований;	- отбирать, систематизировать и использовать информацию для решения конкретных профессиональных задач;	- передовой практический опыт в области физической культуры и спорта;
	-изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;	- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и	- требования к оформлению результатов методической деятельности;
	-руководства соревновательной деятельностью в	основной и	- процедуры выступления и защиты результатов методической работы.

	<p>избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> -организации физкультурно-спортивной деятельности; -отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; -оформления портфолио педагогических достижений. 	<p>дополнительной общеобразовательной программой.</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - подбирать средства и методы для подготовки к сдаче норм ГТО. 	<p>- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении
--	--	---	--

		<p>физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков при подготовке к сдаче норм ГТО; - значение лечебной физической культуры, механизмы лечебного воздействия физических упражнений.
--	--	--

3. Формы контроля и оценивания элементов профессионального модуля

Элемент модуля	Наименование оценочного средства текущего контроля и промежуточной аттестации	
	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
МДК.01. Теоретические прикладные аспекты	Устный опрос. Опрос по индивидуальным заданиям. Тестирование.	Зачет Экзамен

методической работы по физической культуре	Выступления с презентацией. Написание и защита рефератов	
МДК.02 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с различными группами населения	Устный опрос. Опрос по индивидуальным заданиям. Тестирование. Практические задания. Выступления с презентацией. Написание и защита рефератов.	Зачет Экзамен

4. Контрольные задания для оценивания результатов освоения практики.

4.1. Виды контрольных заданий по учебной практике:

7 семестр

- Проанализировать рабочую программу тренировок в ИВС и план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с возрастной группой.
- Разработать предложения по их совершенствованию на основе макетов, образцов, требований.
- Разработать комплекс упражнений, направленных на формирование двигательного действия и совершенствование его техники выполнения в ИВС
- Разработать годовой цикла тренировочных занятий на начальном этапе подготовки в ИВС.
- Разработать график тренировочного процесса в ИВС
- Разработать план: месячный групповой тренировки (на примере ИВС);
- Изучить и проанализировать профессиональную литературу, статьи по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки

8 семестр

Проанализировать план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами.

- Разработка проекта развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости) для группы начальной подготовки в избранном виде спорта.
- Планирование и проведение учебно-тренировочных занятий с использованием современных оздоровительных технологий.
- Разработать и провести интерактивный мастер- класс «Научи тому, что умеешь сам» организации различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с избранным видом спорта или с различными возрастными группами населения.
- Разработать физкультурно-оздоровительное мероприятие с различными возрастными группами населения.
- Составление картотеки педагогической и методической литературы современных литературных источников по актуальным вопросам оздоровительной тренировки.
- Оформить портфолио педагогических достижений

Виды контрольных заданий по производственной практике:

-Анализ программ и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию программ среднего общего образования в области физической и спортивной деятельности.

-Анализ методических материалов, обеспечивающих реализацию физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе.

-Анализ методических материалов, обеспечивающих реализацию спортивно-массовых мероприятий в школе.

-Разработка методических материалов для реализации программ физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе.

-Разработка методических материалов для реализации программ спортивно-массовых мероприятий в школе.

-Изучение и анализ передового опыта физкультурно – оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе.

-Анализ учебно-методических комплектов, вариативных (авторских) программ.

4.2. Требования к дифференцированному зачету по производственной и учебной практике

Дифференцированный зачет по производственной практике выставляется на основании данных аттестационного листа (характеристики профессиональной деятельности обучающегося на практике) с указанием видов работ, выполненных обучающимся во время практики, их объема, качества выполнения в соответствии с технологией и (или) требованиями организации, в которой проходила практика.

5. Контрольно-оценочные материалы для промежуточной аттестации.

МДК.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы по физической культуре

Вопросы зачету

1. Перечислите виды профессиональной деятельности, к которым должен готовиться спортивный педагог.
2. В чем заключается отличие понятий «компетенция» и «компетентность»?
3. Дайте характеристику различным видам профессиональной компетентности.
4. Опишите функциональные компоненты профессиональной деятельности спортивного педагога.
5. Опишите этапы осуществления профессиональной деятельности спортивного педагога в учебно-воспитательном процессе.
6. Назовите специфические особенности деятельности спортивного педагога.
7. Объясните смысл понятий «профессиональная пригодность» и «профессиональная готовность» спортивного педагога? Приведите конкретные примеры.
8. На основе перечисленных личностных качеств представьте собственную характеристику идеального спортивного педагога.
9. Какие способности спортивного педагога относятся к педагогическим и профессиональным.
10. Методическая работа в образовательной организации как фактор повышения педагогической культуры учителя.
11. Задачи методической работы в образовательной организации.
12. Цель, задачи и функции методической службы.
13. Содержание и направления деятельности школьной методической службы, методической службы дошкольной образовательной организации.
14. Виды и формы организации методической работы.
15. Методическая работа учителя физической культуры в образовательной организации.
16. Содержание и направления методической работы учителя физической культуры.
17. Культура учителя физической культуры. 9. Нормативная, учебно-методическая документация, регламентирующая деятельность учителя физической культуры.
18. Должностные инструкции учителя физической культуры.
19. Требования к оформлению документации учителя физической культуры.
20. Виды школьной документации.
21. Документация в дошкольных образовательных организациях и организациях дополнительного образования.

Вопросы к экзамену

1. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования по физической культуре.
2. Содержание примерных программ по физической культуре.
3. Планирование в физическом воспитании.
4. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию: план-график учебного процесса на год, поурочный рабочий план, конспект урока.
5. Особенности методики физического воспитания детей, подростков, молодёжи.
6. Особенности современных подходов к физическому воспитанию.

7. Инновационная деятельность в физическом воспитании.
8. Педагогические технологии в физическом воспитании.
9. Организация физического воспитания в образовательном учреждении.
10. Педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметно – развивающей среды физического воспитания.
11. Предметно – развивающая среда спортивного зала, спортивной площадки, образовательного учреждения.
12. Понятие о педагогическом опыте.
13. Источники, способы обобщения педагогического опыта.
14. Представление и распространения педагогического опыта.
15. Портфолио педагогических достижений. Технология самообобщения педагогического опыта.
16. Особенности работы с библиотечным каталогом, интернетом.
17. Подготовка и требования к устному выступлению, отчету.
18. Организация работы по составлению реферата, конспекта.
19. Особенности опытно-экспериментальной работы.
20. Различные виды исследовательской работы.
21. Организация эксперимента. Принципы, правила, порядок проведения опытно-экспериментальной работы. Этапы.
22. Обобщение и анализ результатов.

МДК.02. Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с различными группами населения

Вопросы к зачету

1. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий с различными возрастными группами.
2. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий по месту жительства.
3. Содержание и методика физкультурно-оздоровительной работы на производстве.
4. Организация и методика проведения спортивно-массовых мероприятий.
5. Особенности управления в сфере физической культуры и спорта.
6. Реклама физкультурно-оздоровительной работы.
7. Нетрадиционные методики физкультурно-оздоровительных занятий с детьми и взрослыми.
8. Формирование интереса и потребности младших школьников в укреплении здоровья и организации здорового образа жизни.
9. Использование закаливающих процедур в режиме дня младших школьников.
10. Профилактика заболеваний младших школьников.
11. Влияние физкультминуток и динамической перемены на умственную работоспособность школьников.
12. Содержание и организация воспитательной работы в школе по здоровому образу жизни.
13. Спорт и здоровье.
14. Вредные привычки и здоровье (подростки, юноши, студенты, взрослые).
15. Влияние нетрадиционных видов двигательной активности
16. средств оздоровления на состояние здоровья детей и взрослых.
17. Методика урока физической культуры с оздоровительной направленностью.
18. Содержание и методика использования оздоровительных систем в работе с детьми, подростками, взрослым населением.
19. Сохранение и укрепление социального здоровья младших школьников в условиях учебно-воспитательного процесса.
20. Использование оздоровительных средств на уроках физической культуры.
21. Исследование уровня здоровья школьников.
22. Взаимосвязь уровня развития двигательных качеств и заболеваемости младших школьников.
23. Взаимодействие работы педагога и родителей при формировании здорового образа жизни младших школьников.
24. Взаимосвязь двигательного режима школьников и уровня их здоровья.

25. Формирование культуры здоровья студенческой молодежи.
26. Формирование культуры здоровья у педагогов образовательных учреждений.
27. Организация и методика проведения внеклассной работы по здоровому образу жизни в условиях общеобразовательной школы.
28. Формирование культуры здоровья школьников в классах предпрофессиональной подготовки.
29. Особенности обучения школьников основам ЗОЖ.
30. Использование закаливающих процедур в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
31. Организация и методика работы с родителями по формированию ЗОЖ.
32. Психо-гимнастика как средство регуляции эмоционального состояния.
33. Методика проведения дыхательной гимнастики с детьми дошкольного возраста.
34. Методика проведения дыхательной гимнастики с младшими школьниками.
35. Особенности проведения глазодвигательной гимнастики с учащимися 1-4 классов. та.
36. Методика проведения корригирующей гимнастики с детьми дошкольного возраста
37. Организация кружковой работы по ритмической гимнастике в дошкольном учреждении.
38. Организация работы секции по ритмической гимнастике в условиях общеобразовательной школы.
39. Исследование уровня теоретических знаний у детей 5-7 лет области физической культуры.
40. Исследование уровня знаний у дошкольников в области ЗОЖ.
41. Исследование уровня знаний у младших школьников в области физической культуры.
42. Исследование уровня знаний у младших школьников в области ЗОЖ.
43. Исследование уровня физического здоровья детей дошкольного возраста.
44. Исследование уровня физического здоровья младших школьников.
45. Профилактика вредных привычек у подростков.
46. Профилактика нарушений осанки у младших школьников.
47. Взаимосвязь уровня физического здоровья и заболеваемости с индивидуально типологическими особенностями младших школьников специальной медицинской группы.
48. Исследование физического развития, работоспособности и заболеваемости школьников различных профилей обучения.
49. Изучение уровня физического состояния у школьников, занимающихся и не занимающихся спортом.
50. Взаимосвязь физического развития, заболеваемости и физической подготовленности школьников.
51. Использование традиционных и нетрадиционных методик дыхательной гимнастики в школьной практике.
52. Коррекция зрения у младших школьников.
53. Влияние подвижных игр на формирование физического здоровья детей дошкольного возраста.
54. Влияние дыхательной гимнастики на формирование физического здоровья детей.
55. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний сердечно сосудистой системы.
56. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний дыхательной системы.
57. Комплексная оздоровительная программа в профилактике простудных заболеваний.
58. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Вопросы к экзамену

1. Специфические особенности и приоритеты в развитии массового физкультурно спортивного движения.
2. Организация управления физической культурой и спортом на федеральном уровне.
3. Тенденции развития физической культуры и спорта в регионах
4. Возрастные особенности детей дошкольного возраста для проведения оздоровительной работы.

5. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
6. Специфика организации активного отдыха дошкольников.
7. Возрастные особенности детей школьного возраста для проведения оздоровительной работы.
8. Специфика физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня школы.
9. Организация внеурочных форм занятий физической культурой с учащимися общеобразовательных школ
10. Возрастные особенности лиц юношеского возраста для проведения оздоровительной работы.
11. Методические основы физического воспитания учащейся молодёжи.
12. Особенности организации занятий физической культурой студентов в учебных заведениях
13. Возрастные особенности людей зрелого возраста для проведения оздоровительной работы.
14. Направленность оздоровительно-рекреативной физической культуры лиц зрелого возраста.
15. Организация физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого возраста
16. Содержание и организация физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления.
17. Организация спортивно-массовых мероприятий с населением по месту жительства
18. Организационные основы физкультурно-спортивного клуба по месту жительства.
19. Специфика работы с детьми, подростками и молодёжью в клубах по месту жительства.
20. Организация оздоровительной работы на производстве.
21. Особенности физической культуры непосредственно в рамках трудового процесса.
22. Физическая культура вне рамок трудовой деятельности
23. Возрастные особенности людей пожилого возраста для проведения оздоровительной работы.
24. Содержание занятий оздоровительно-рекреативной физической культурой с лицами пожилого возраста.
25. Методические особенности занятий физической культурой с пожилыми людьми.

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
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта

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

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по междисциплинарному курсу

**ПМ.02.МДК.01 Теоретические и прикладные аспекты методической
работы по физической культуре**

Составитель	Александрова С.Е. старший преподаватель кафедры ФК
Наименование специальности	49.02.01 Физическая культура
Квалификация выпускника	педагог по физической культуре и спорту
Форма обучения	очная
Год приема (курс)	2026 (3,4 курс)

Астрахань, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. Общие положения**
- 2. Результаты освоения междисциплинарного курса, подлежащие проверке**
- 3. Формы контроля и оценивания элементов междисциплинарного курса**
- 4. Контрольные задания для оценивания результатов освоения междисциплинарного курса**

1.Общие положения

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) предназначен для контроля и оценки результатов освоения обучающимися междисциплинарного курса МДК.01 **Теоретические и прикладные аспекты методической работы по физической культуре**

Результатом освоения профессионального модуля, является готовность обучающегося к выполнению следующих видов профессиональной деятельности (в соответствии с ФГОС СПО): Теоретические и прикладные аспекты методической работы по физической культуре

2.Результаты освоения междисциплинарного курса, подлежащие проверке

Код и наименование ПК	Планируемые результаты освоения учебного предмета (учебной дисциплины)		
	Практический опыт	Умения	Знания
ПК2.1 Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы. ПК 2.2 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта. ПК 2.3 Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.	-анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся; -изучение и анализ педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; -оформление портфолио педагогических достижений; -презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений; -участие в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.	-анализировать федеральные государственные образовательные стандарты и примерные основные образовательные программы; -определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся в образовательной организации; -осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, моррофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности; -определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; -адаптировать имеющиеся методические разработки; -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; -с помощью руководителя определять цели, задачи планировать исследовательскую и проектную деятельность в области физического воспитания детей, подростков и молодежи; -использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем;	-теоретические основы методической деятельности в области физического воспитания детей, подростков и молодежи; -теоретические основы, методику планирования физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации; -особенности современных подходов и педагогических технологий физического воспитания; -концептуальные основы и содержание примерных программ по физической культуре; -педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметно - развивающей среды физического воспитания; -источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; -логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию; -основы организации опытно-

		-оформлять результаты исследовательской и проектной работы; -определять пути самосовершенствования педагогического мастерства.	экспериментальной работы в сфере образования.
--	--	---	---

3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля

Наименование элемента практического опыта (только для учебной дисциплины), умений или знаний	Наименование оценочного средства текущего контроля и промежуточной аттестации	
	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
-анализировать федеральные государственные образовательные стандарты и примерные основные образовательные программы; -определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся в образовательной организации; -осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, моррофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности; -определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; -адаптировать имеющиеся методические разработки; -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; -с помощью руководителя определять цели, задачи планировать исследовательскую и проектную деятельность в области физического воспитания детей, подростков и молодежи; -использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем; -оформлять результаты исследовательской и проектной работы; -определять пути самосовершенствования педагогического мастерства.	Написание конспектов. Устный опрос. Выполнение практических заданий. Опрос по индивидуальным заданиям. Тестиование. Выступления с докладом и презентацией.	Зачет экзамен

4. Контрольные задания для оценки результатов освоения междисциплинарного курса

4.1. Контрольные задания для текущего контроля

Тема 1. Наука как вид деятельности

Устный опрос

- 1 Что такое наука? Назовите ее основные задачи и функции.
- 2 Какова роль науки в формировании картины мира?
- 3 Какова роль науки в современном обществе?
- 4 Дайте определение понятиям «сциентизм» и «антисциентизм».
- 5 Способен ли научный прогресс привести к концу света?

Тема 2. Типы ВКР. Этапы подготовки ВКР. Структура ВКР. Требования к оформлению ВКР

Вопросы для собеседования

ТЕСТ 1

1. С какой целью проводится защита ВКР
 - A) текущего контроля знаний по дисциплине
 - Б) выдачи диплома
 - В) выявления соответствия уровня и качества подготовки выпускников ФГОС

Г) выявления знаний по модулю

2. ВКР должна иметь:

- А) Актуальность
- Б) Новизну
- В) Практическую значимость
- Г) Научное значение

3. Кем разрабатываются темы ВКР

- А) Преподавателями
- Б) Министерством
- В) ФГОС
- Г) студентом при условии обоснования

4. Практические задания выдаются до начала преддипломной практики не позднее чем:

- А) за полгода
- Б) за месяц
- В) за 2 недели
- Г) за два месяца

5. По завершению работы над ВКР за сколь дней, кто и кому сдается ВКР

- А) За 5 дней студент руководителю
- Б) за месяц студент директору
- В) за день до защиты студент председателю ГАК
- Г) за 7 дней руководитель ВКР завучу

6. Направления или темы ВКР закрепляются приказом директора:

- А) 1 сентября
- Б) ноября
- В) 1 января
- Г) 1 мая

7. Рецензенты ВКР назначаются

- А) приказом директора
- Б) руководителем ВКР
- В) по выбору студента
- Г) на усмотрение завуча

8. Решение о допуске к защите ВКР принимает

- А) директор за 2 недели
- Б) руководитель за 7 дней
- В) завуч за 5 дней
- Г) председатель ГАК за сутки

9. На защиту ВКР отводится

- А) 60 минут
- Б) 45 минут
- В) 30 минут
- Г) по желанию студента

10. ВКР хранится

- А) 1 год
- Б) 2 года
- В) 3 года
- Г) уничтожается сразу

ТЕСТ 2

1. Межстрочный интервал основного текста должен быть?
 - множественный
 - полуторный
 - одинарный
 - без разницы какой
2. Название таблиц подписьается ...
 - Сверху таблицы по центру
 - Снизу таблицы по центру
 - Сверху таблицы по левому краю без абзаца
3. Отступ первой строки в абзацах рекомендуется делать ...
 - 1,50
 - 1,25
 - 0,25
 - 2,00
4. Как правильно подписывается приложение?
 - Приложение 1.2.
 - Приложение А
 - ПРИЛОЖЕНИЕ А
 - ПРИЛОЖЕНИЕ 1.2
5. Выберите правильное оформление главы.
 - ГЛАВА 2. АНАТОМИЯ ОРГАНОВ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ: ЛЕГКИЕ, ПИЩЕВОД 2.1
Границы легких Верхушка правого легкого спереди выступает над ключицей на 2см, а над I ребром - на 3-4см. Сзади верхушка легкого проецируется на уровне остистого отростка VII шейного позвонка.
 - 2 АНАТОМИЯ ОРГАНОВ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ: ЛЕГКИЕ, ПИЩЕВОД 2.1
Границы легких Верхушка правого легкого спереди выступает над ключицей на 2см, а над I ребром - на 3-4см. Сзади верхушка легкого проецируется на уровне остистого отростка VII шейного позвонка.
 - 2. АНАТОМИЯ ОРГАНОВ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ: ЛЕГКИЕ, ПИЩЕВОД 2.1. Границы легких Верхушка правого легкого спереди выступает над ключицей на 2см, а над I ребром - на 3-4см. Сзади верхушка легкого проецируется на уровне остистого отростка VII шейного позвонка.
6. Основной текст должен быть выравнен..
 - по центру
 - по ширине
 - по левому краю
 - по правому краю
7. Размер шрифта основного текста должен быть?
 - 14,5 пт
 - 14 пт
 - 12 пт
 - 16 пт
8. Текст работы следует печатать, соблюдая следующие размеры полей:
 - левое - 20 мм, правое - 20 мм, верхнее и нижнее - 30 мм
 - левое - 30 мм, правое - 15 мм, верхнее и нижнее - 20 мм

- левое - 15 мм, правое - 20 мм, верхнее и нижнее - 30 мм
 9. Какой должен быть шрифт при оформлении дипломной работы?
- Arial Black
- Calibri
- Times New Roman
- любой
 10. Название рисунков подписывается:
- Сверху рисунка по центру
- Под рисунком слева
- Под рисунком по центру
 11. Выберите правильную подпись названия рисунка:
- РИСУНОК 1 - Функции печение
- РИСУНОК 1.2. ФУНКЦИИ ПЕЧЕНИ
- Рисунок 1 - Функции печени
- Рисунок 1 Функции печени
 12. Номер страницы проставляется
- справа нижней части страницы без точки
- в центре нижней части страницы без точки
- в центре верхней части страницы без точки
 13. Для чего используется кнопка ОЧИСТИТЬ ФОРМАТ?
- Удаления любого форматирования выделенного фрагмента
- Удаления выделенного фрагмента
- Удаления любого форматирования всего текста
- Удаления всего текста
 14. Выберите, как правильно оформляется текст в таблицах:
- Размер шрифта 14 пт, шрифт TimeNewRomar, межстрочный интервал одинарный
- Размер шрифта 12 пт, шрифт TimeNewRomar, межстрочный интервал одинарный
- Размер шрифта 12 пт, шрифт TimeNewRomar, межстрочный интервал полуторный
 15. Если таблица не помещается на 1 странице, часть на 2ой странице, необходимо:
- оставить как есть
- Разделить таблицу и подписать 2ую часть - Продолжение таблицы 1
- полностью перенеси всю таблицу на одну страницу..

Тема 3. Психолого-педагогические методы научного исследования.

Темы для рефератов:

1. «Эксперимент в психолого-педагогическом исследовании»
2. «Методы исследования психолого-педагогических проблем: специфика и особенности»
3. «Характеристика педагогического исследования».
4. « Теоретико-методологические основания психолого-педагогического исследования».
5. « Методы психологического исследования».
6. « Методологическая культура исследования».

Тест

1. Научное исследование:

- Деятельность в сфере науки.
- Изучение объектов, в котором используются методы науки.
- Изучение объектов, которое завершается формированием знаний.
- Все варианты верны.

2. Область действительности, которую исследует наука:

- Предмет исследования.
- Объект исследования.
- Логика исследования.
- Все варианты верны.

3. Принципы построения, формы и способы научно-исследовательской деятельности:

- Методология науки.
- Методологическая рефлексия.
- Методологическая культура.
- Все варианты верны.

4. Обоснованное представление об общих результатах исследования:

- Задача исследования.
- Гипотеза исследования.
- Цель исследования.
- Тема исследования.

5. Метод исследования, который предполагает организацию ситуации исследования и позволяет её контролировать:

- Наблюдение.
- Эксперимент.
- Анкетирование.
- Все варианты верны.

6. Метод исследования, предполагающий, что обследуемый выполняет задания, проходит определённое испытание:

- Интервью.
- Тестирование.
- Изучение документов.
- Все варианты не верны.

7. Тип вопроса в анкете или интервью, содержащий в себе варианты ответа:

- Проективный.
- Открытый.
- Альтернативный.
- Закрытый.

8. Тип вопроса в анкете или интервью, предоставляющий респонденту возможность самостоятельно выстроить свой ответ:

- Открытый.
- Закрытый.
- Альтернативный.
- Прямой.

9. Метод исследования, предполагающий, что обследуемый отвечает на ряд задаваемых ему вопросов:

- Манипуляция.
- Опрос.
- Тестирование.
- Эксперимент.

10. В ситуации, когда возможно возникновение искажённых ответов, лучше применять:

- Альтернативные вопросы.
- Закрытые вопросы.
- Косвенные вопросы.
- Прямые вопросы.

11. Вопрос в анкете или интервью, допускающий односложный ответ:

- Косвенный.
- Закрытый.
- Проективный.

- Открытый.

12. Метод исследования, предполагающий выяснение интересующей информации в процессе двустороннего общения с испытуемым:

- Интервью.
- Беседа.
- Опрос.
- Все варианты верны.

13. Вид наблюдения, предполагающий, что исследователь является участником наблюданного процесса:

- Опосредованное.
- Скрытое.
- Включенное.
- Все варианты верны.

14. Методы исследования, основанные на опыте, практике:

- Эмпирические.
- Теоретические.
- Статистические.
- Все варианты верны.

15. Метод письменного опроса респондентов:

- Тестирование.
- Анкетирование.
- Моделирование.
- Все варианты не верны.

16. Эксперимент, который выявляет актуальный уровень развития некоторого свойства у испытуемого или группы:

- Естественный.
- Формирующий.
- Констатирующий.
- Лабораторный.

17. Исследовательский метод, связанный привлечением к оценке изучаемых явлений экспертов:

- Тестирование.
- Эксперимент.
- Беседа.
- Г. Рейтинг.

18. Мысленное отделение какого-либо свойства предмета от других его признаков:

- Моделирование.
- Абстрагирование.
- Синтез.
- Все варианты не верны.

19. Воспроизведение характеристик некоторого объекта на другом объекте, специально созданном для его изучения:

- Конкретизация.
- Анализ.
- Моделирование.
- Все варианты верны.

Тема 4. Инструментальные методы научного исследования. Числовые характеристики выборки.

Вопросы к устному собеседованию

- Какие преимущества имеют инструментальные методы?
- Как выбрать подходящий инструментальный метод для исследования?

- Какие приборы используются в инструментальных методах?
- Какие требования при проведении инструментальных методов предварительно проводят?
- В каких областях научного исследования используются инструментальные методы?
- Какие виды инструментальных методов научного исследования вам известны?
- Общие методы исследования?

Тема 5. Математическая обработка результатов научного исследования с помощью табличного редактора MS Excel

Практические задания

1. «Описательная статистика» в Excel позволяет рассчитать показатели выборки: среднее, медиану, моду, дисперсию, стандартное отклонение и другие. Некоторые особенности использования: [Lumpics.ruexcel2.ru](#)

- **Указание диапазона данных** — можно выбрать диапазон, который нужно обработать, или указать ссылку на несколько столбцов данных. [Lumpics.ruexcel2.ru](#)
- **Настройка параметров** — например, можно выбрать тип группирования («По столбцам» или «По строкам»), отметить опцию «Метки в первой строке» (если в диапазон входит заголовок). [Lumpics.ruru.extendoffice.com](#)
- **Вывод результатов** — можно указать место для вывода статистических результатов: ячейку в текущем листе, новый лист или новую книгу. [ru.extendoffice.com](#)
-

2. Инструмент «Корреляция» в Excel позволяет определить степень линейной зависимости между двумя наборами данных. Для расчёта коэффициента корреляции можно использовать: [excelprofi.quest](#)

- **Функцию CORREL** — нужно указать два диапазона значений, между которыми необходимо вычислить корреляцию. Например, формула =CORREL(A2:A10, B2:B10) рассчитает коэффициент корреляции для данных в указанных диапазонах.
- **Пакет анализа** — после активации пакета нужно выбрать опцию «Корреляция», указать диапазон данных и настроить параметры.
[excelprofi.quest](#)

Интерпретация результатов зависит от значения коэффициента корреляции: [excelprofi.quest](#)

- Если коэффициент близок к 1, это указывает на сильную положительную связь: при увеличении одной переменной увеличивается и другая.
- Если коэффициент близок к -1, связь обратная: при увеличении одной переменной другая уменьшается.
- Значения около 0 говорят об отсутствии линейной связи.
[excelprofi.quest](#)

3. Инструмент «Регрессия» в Excel позволяет установить степень влияния независимых величин на зависимую переменную. Некоторые особенности использования: [old.stgau.ruLumpics.ru](#)

- **Указание диапазона ячеек** — в поле «Входной интервал Y» нужно указать адрес диапазона ячеек, где расположены переменные данные, в поле «Входной интервал X» — адрес диапазона ячеек, где находятся данные того фактора, влияние которого на переменную нужно установить.
- **Настройка параметров** — можно установить метки, уровень надёжности, константу-ноль, отобразить график нормальной вероятности.
- **Вывод результатов** — результаты регрессионного анализа выводятся в виде таблицы в том месте, которое указано в настройках.
[open.kzLumpics.ru](#)

4. Инструмент «Анализ вариантов» в Excel позволяет сравнивать средние значения нескольких групп данных и определять, есть ли между ними статистически значимые различия. Некоторые особенности использования: [excelprofi.quest](#)

- **Подготовка данных** — данные должны быть организованы в табличном формате: каждая группа данных должна располагаться в отдельном столбце или строке. Важно, чтобы данные были числовыми и не содержали пропусков или ошибок.
- **Настройка параметров** — нужно выбрать правильную модель анализа, например, однофакторный или двухфакторный дисперсионный анализ, в зависимости от структуры данных. После выбора модели необходимо указать диапазон данных и уровень значимости, который обычно устанавливается на уровне 0,05.
- **Результаты анализа** — выводятся в виде таблицы, где ключевыми показателями являются F-статистика и p-значение. Если p-значение меньше уровня значимости, можно сделать вывод о наличии таких различий.

Тема 6. Доклад для защиты ВКР. Презентация для защиты ВКР. Аннотация и рецензия. Процедура защиты ВКР.

Темы докладов и презентаций для защиты ВКР

1. Активизация познавательной деятельности школьников (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физической культуры (на примере).
2. Военно-спортивная подготовка как условие формирования личности школьника (на примере).
3. Воспитание физических качеств у обучающихся (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках по физической культуре (на примере).
4. Индивидуально-дифференцированный подход в практике физического обучения воспитания школьников, имеющих проблемы со здоровьем (на примере).
5. Использование здоровьесберегающих технологий в преподавании ОБЖ (на примере).
6. Использование саморегуляции в системе физического воспитания школьников (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) (на примере).
7. Методические особенности организации и проведения подвижных игр на уроках физической культуры в общеобразовательной школе (на примере).
8. Методические особенности развития координационных двигательных способностей у школьников в рамках занятий по физической культуре (на примере).
9. Методические особенности развития ловкости у школьников в рамках занятий по физической культуре (на примере).
10. Методические особенности развития общей выносливости у школьников в рамках занятий по физической культуре (на примере).
11. Методические особенности развития силовой выносливости у школьников в рамках занятий по физической культуре (на примере).
12. Методические особенности развития скоростно-силовых двигательных способностей у школьников в рамках занятий по физической культуре (на примере).
13. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми младшего школьного возраста (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) (на примере).
14. Основные механизмы формирования ЗОЖ ребенка в условиях общеобразовательной школы (на примере).
15. Особенности закаливания детей младшего школьного возраста (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физкультуры (на примере).
16. Особенности организации и методики проведения занятий по физическому воспитанию с детьми младшего школьного возраста (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) (на примере).
17. Особенности организации проверки и учета уровня физического развития младших школьников (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) (на примере).
18. Особенности организации системы индивидуальной работы на уроках физической культуры в средних классах СОШ (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) (на примере).

19. Особенности организации системы физического воспитания в общеобразовательной школе (на примере).
20. Оценка эффективности использования дополнительных занятий легкой атлетикой на уроках физической культуры в общеобразовательной школе (на примере).
21. Педагогические условия организации обучения основам здорового образа жизни учащихся средних классов (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) общеобразовательной школы на уроках физкультуры (на примере).
22. Педагогические условия развития двигательной активности младших школьников (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физкультуры (на примере).
23. Педагогические условия физкультурно-оздоровительной деятельности в современной общеобразовательной школе (на примере).
24. Педагогические условия формирования начальных представлений о здоровом образе жизни у детей младшего школьного возраста (на примере).
25. Повышение физической работоспособности школьников (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) средствами физического воспитания (на примере).
26. Подвижные игры как средство развития творческого потенциала детей младшего школьного возраста (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) (на примере).
27. Подвижные игры на уроках физкультуры, как средство развития физических качеств у старших школьников (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) (на примере).
28. Потенциал народных игр в процессе физического воспитания младших школьников (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физкультуры (на примере).
29. Профилактика травматизма на уроках физической культуры (на примере).
30. Психологическая безопасность школьников на уроках физической культуры (на примере).
31. Развитие быстроты у детей (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физкультуры (на примере).
32. Развитие волевых качеств у обучающихся (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физкультуры (на примере).
33. Развитие выносливости у детей младшего школьного возраста (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках по физической культуре (на примере).
34. Развитие двигательной активности у детей младшего возраста (на примере разных возрастов и пола) на занятиях по физической культуре (на примере).
35. Развитие координации движений и ориентировки в пространстве (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физической культуры (на примере).
36. Развитие познавательной деятельности (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на уроках физической культуры (на примере).
37. Развитие психофизических качеств (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) с общим недоразвитием речи на физкультурных занятиях в общеобразовательной школе (на примере).
38. Развитие силовой выносливости у старших юношей 15-16 лет (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) в ходе уроков по физической культуре (на примере).
39. Развитие силовых способностей (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на занятиях по физической культуре (на примере).
40. Развитие скоростных способностей (половозрастная категория обучающихся по выбору студента) на занятиях по физической культуре (в ходе занятий в секции ...) (на примере)

Критерии оценки

Критерии оценки качества написания конспектов лекций:

Оценка «отлично» - конспект содержит все необходимые темы и понятия, ясно и полно описывает материал, приводит примеры и иллюстрации, конспект имеет понятную структуру, разделы логически связаны между собой, присутствуют заголовки, подзаголовки, конспект без ошибок, грамотно составлен, соблюдена логика и подходящий стиль изложения, конспект уникален, содержит оригинальные и новые идеи, подходы или решения, не повторяет уже имеющиеся материалы.

Оценка «хорошо» - конспект связан с темой, содержит основные аспекты материала, но не достаточно полно разработан, конспект имеет некоторую структуру, но не все разделы ясно выделены, присутствуют неоднозначные переходы или несвязанное изложение, конспект содержит минимальное количество ошибок, структура и стиль изложения удовлетворительны, конспект содержит некоторые уникальные элементы, но в основном основан на известных источниках.

Оценка «удовлетворительно» - конспект содержит общие аспекты материала, но не все темы были охвачены, требуется дополнительное изучение, конспект имеет общую структуру, но ее не хватает для полного понимания материала, требует уточнения и дополнения, конспект содержит большое количество ошибок, требуется правка и заново подготовить материал, конспект не содержит новизны или оригинальности, требуется дополнительная работа над уникальным контентом.

Оценка «неудовлетворительно» - конспект не соответствует требованиям, многие аспекты материала были упущены или неправильно поняты, конспект не имеет структуры и явно отстает от требований, нет ясности в изложении, конспект составлен с грубыми ошибками и непонятным стилем, не соответствует академическим стандартам, конспект является копией уже существующих материалов, не содержит личного вклада и творческих находок

Критерии оценки устного ответа

Отлично: Ответ полностью соответствует поставленному вопросу, содержит уместные аргументы, логично структурирован, грамотно и четко сформулирован.

Хорошо: Ответ содержит релевантную информацию, хорошо аргументирован, имеет логическую последовательность, но может содержать небольшие недочеты в выражении.

Удовлетворительно: Ответ частично соответствует поставленному вопросу, содержит некоторые аргументы, но может быть несколько размытым или нечетким.

Неудовлетворительно: Ответ не соответствует поставленному вопросу, содержит неуместные или некорректные аргументы, недостаточно аргументирован или совсем неструктурирован.

Критерии оценки тестов:

Студенту выставляются следующие оценки:

- менее 60% правильных ответов – неудовлетворительно;
- 60 – 70% правильных ответов – удовлетворительно;
- 70 – 90% правильных ответов – хорошо;
- 90 – 100% правильных ответов – отлично.

Критерии оценки выступления с презентацией

Оценка «отлично» - учебный материал освоен студентом в полном объеме, легко ориентируется в материале, полно и аргументировано отвечает на дополнительные вопросы, излагает материал логически последовательно, делает самостоятельные выводы, умозаключения, демонстрирует кругозор, использует материал из дополнительных источников, интернет ресурсы. Сообщение носит исследовательский характер. Речь характеризуется эмоциональной выразительностью, четкой дикцией, стилистической и орфоэпической грамотностью. Использует наглядный материал (презентация).

Оценка «хорошо» - по своим характеристикам сообщение студента соответствует характеристикам отличного ответа, но студент может испытывать некоторые затруднения в ответах на дополнительные вопросы, допускать некоторые погрешности в речи. Отсутствует исследовательский компонент в сообщении.

Оценка «удовлетворительно» - студент испытывал трудности в подборе материала, его структурировании. Пользовался, в основном, учебной литературой, не использовал дополнительные источники информации. Не может ответить на дополнительные вопросы по теме сообщения. Материал излагает не последовательно, не устанавливает логические связи, затрудняется в формулировке выводов. Допускает стилистические и орфоэпические ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» - сообщение студентом не подготовлено либо подготовлено по одному источнику информации либо не соответствует теме.

Критерии оценки опроса по индивидуальным заданиям.

«Отлично» (5 баллов) - тема раскрыта полностью, все вопросы заданы и проанализированы. Приведены убедительные примеры и аргументы, четкая и логичная структура, плавные переходы между частями. Введение и заключение хорошо сформулированы, уникальный и оригинальный подход, проявление критического мышления и творческих идей. Использованы актуальные и надежные источники, теоретические концепции применены корректно и обоснованно. Безупречная грамотность, стиль соответствует научной или учебной работе, язык ясен и доступен. Задание выполнено в срок, с хорошей организацией рабочего процесса.

«Хорошо» (4 балла) - тема раскрыта в основном, но есть небольшие недочеты или упущения. Примеры и аргументы присутствуют, но могут быть не совсем убедительными. Структура ясная, но могут быть незначительные проблемы с переходами. Введение и заключение присутствуют, но не всегда четкие. Есть оригинальные идеи, но они не всегда развиты или обоснованы. Использованы в основном надежные источники, но могут быть некоторые недостатки в обосновании теоретических концепций. Небольшие ошибки в грамматике или стилистике, но в целом текст понятен. Задание выполнено в срок, но организация рабочего процесса могла быть лучше.

«Удовлетворительно» (3 балла) - Тема раскрыта частично, есть значительные упущения. Примеры и аргументы слабые или недостаточно обоснованные. Структура нечеткая, проблемы с логикой изложения. Введение и заключение могут отсутствовать или быть слабыми. Мало оригинальных идей, проявление критического мышления минимально. Использованы не всегда надежные источники, слабо обоснованы теоретические концепции. Наличие ошибок в грамматике и стилистике, текст может быть трудным для понимания. Задание выполнено с опозданием или с недостаточной организацией рабочего процесса.

«Неудовлетворительно» (2 и ниже) - Тема не раскрыта, задания выполнены не полностью или не по сути. Примеры и аргументы отсутствуют. Отсутствие четкой структуры, логические ошибки, текст труден для восприятия. Полное отсутствие оригинальных идей, не проявлено критическое мышление. Использованы ненадежные источники, отсутствие теоретического обоснования. Много ошибок, текст труден для понимания, не соответствует научному стилю. Задание выполнено с большим опозданием или не выполнено вообще.

Критерии оценки устного, письменного опросов

«Отлично» ставится, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об объекте изучения, доказательно раскрыты основные положения (свободно оперирует понятиями, терминами, категориями и др.); в ответе отслеживается четкая структура, выстроенная в логической последовательности; ответ изложен научным грамотным языком; на возникшие вопросы преподавателя студент давал четкие, конкретные ответы, показывая умение выделять существенные и несущественные моменты материала.

«Хорошо» ставится, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные моменты материала; ответ четко структурирован, выстроен в логической последовательности, изложен литературным грамотным языком; однако были допущены неточности в определении понятий, персонажей, терминов, дат и др.

«Удовлетворительно» ставится, если дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют некоторые нарушения, допущены несущественные ошибки в изложении теоретического материала и употреблении терминов, персонажей; в ответе не присутствуют доказательные выводы; сформированность умений показана слабо, речь неграмотная.

«Неудовлетворительно» ставится, если дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (фактах, понятиях, категориях); в ответе отсутствуют выводы, сформированность умений не показана, речь неграмотная.

4.2. Контрольные задания для промежуточной аттестации

Вопросы к зачету

1. Перечислите виды профессиональной деятельности, к которым должен готовиться спортивный педагог.
2. В чем заключается отличие понятий «компетенция» и «компетентность»?
3. Дайте характеристику различным видам профессиональной компетентности.
4. Опишите функциональные компоненты профессиональной деятельности спортивного педагога.
5. Опишите этапы осуществления профессиональной деятельности спортивного педагога в учебно-воспитательном процессе.
6. Назовите специфические особенности деятельности спортивного педагога.
7. Объясните смысл понятий «профессиональная пригодность» и «профессиональная готовность» спортивного педагога? Приведите конкретные примеры.
8. На основе перечисленных личностных качеств представьте собственную характеристику идеального спортивного педагога.
9. Какие способности спортивного педагога относятся к педагогическим и профессиональным.
10. Методическая работа в образовательной организации как фактор повышения педагогической культуры учителя.
11. Задачи методической работы в образовательной организации.
12. Цель, задачи и функции методической службы.
13. Содержание и направления деятельности школьной методической службы, методической службы дошкольной образовательной организации.
14. Виды и формы организации методической работы.
15. Методическая работа учителя физической культуры в образовательной организации.
16. Содержание и направления методической работы учителя физической культуры.
17. Культура учителя физической культуры. 9. Нормативная, учебно-методическая документация, регламентирующая деятельность учителя физической культуры.
18. Должностные инструкции учителя физической культуры.
19. Требования к оформлению документации учителя физической культуры.
20. Виды школьной документации.
21. Документация в дошкольных образовательных организациях и организациях дополнительного образования.

Критерии оценки знаний на зачете

Оценки «отлично» заслуживает ответ, содержащий глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретной дисциплины, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой; отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области; знание основной литературы и знакомство с дополнительной рекомендованной литературой;

Оценки «хорошо» заслуживает ответ, содержащий знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем программы; в целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает ответ, содержащий фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий;

Оценка «неудовлетворительно» ставится при незнании либо отрывочном представлении учебно-программного материала; неумении выполнять предусмотренные программой задания.

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
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта

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

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по междисциплинарному курсу

ПМ.02.МДК.02 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с различными группами населения

Составитель (и)	Майорова Е.Б.,
Наименование специальности	49.02.01 Физическая культура
Квалификация выпускника	педагог по физической культуре и спорту
Форма обучения	очная
Год приема (курс)	2026 (4 курс)

Астрахань, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. Общие положения**
- 2. Результаты освоения междисциплинарного курса, подлежащие проверке**
- 3. Формы контроля и оценивания элементов междисциплинарного курса**
- 4. Контрольные задания для оценивания результатов освоения междисциплинарного курса**

1.Общие положения

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) предназначен для контроля и оценки результатов освоения обучающимися междисциплинарного курса МДК.02 **Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с различными группами населения**

Результатом освоения профессионального модуля, является готовность обучающегося к выполнению следующих видов профессиональной деятельности (в соответствии с ФГОС СПО): организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с различными группами населения

2.Результаты освоения междисциплинарного курса, подлежащие проверке

Код и наименование ПК	Планируемые результаты освоения учебного предмета (учебной дисциплины)		
	Практический опыт	Умения	Знания
ПК 2.1 Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.	- анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; – планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки; – планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; – разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований;	- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;	- нормативно-методические документы, в области физической культуры и спорта; - разновидности программ в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности); - технологию разработки методических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта; - педагогические технологии и современные методики подготовки занимающихся по программам в области физической культуры и спорта; - достижения отечественной науки в области физической культуры и спорта; - передовой практический опыт в области физической культуры и спорта; - требования к оформлению результатов методической деятельности; - процедуры выступления и защиты результатов методической работы. - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - историю, этапы развития и терминологию базовых и

			<p>новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
ПК 2.4 Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта.	<ul style="list-style-type: none"> – изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки; – руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта; – организации физкультурно-спортивной деятельности; – отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; – оформления портфолио педагогических достижений. 	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; 	<ul style="list-style-type: none"> - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - возрастно-половые закономерности развития физических качеств и

			<p>формирования двигательных навыков при подготовке к сдаче норм ГТО;</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение лечебной физической культуры, механизмы лечебного воздействия физических упражнений.
--	--	--	---

3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля

Наименование элемента практического опыта (только для учебной дисциплины), умений или знаний	Наименование оценочного средства текущего контроля и промежуточной аттестации	
	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
<ul style="list-style-type: none"> - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; 	<p>Устный опрос. Опрос по индивидуальным заданиям. Тестиование. Терминологический диктант. Выступления с презентацией. Выполнение практических заданий.</p>	<p>Зачет Экзамен</p>
<ul style="list-style-type: none"> - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различными возрастными группами; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков при подготовке к сдаче норм ГТО; - значение лечебной физической культуры, механизмы лечебного воздействия физических упражнений. 		

4.Контрольные задания для оценки результатов освоения междисциплинарного курса

4.1. Контрольные задания для текущего контроля

Тема 1. Историко-организационные основы физической культуры для различных групп населения.

Устный опрос

1. Физическая культура в системе общекультурных ценностей
2. Физическая культура в вузе
3. История возникновения и развития Олимпийских игр
4. Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом.
- Профилактика травматизма
5. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики
6. Здоровый образ жизни студентов
7. Символика и атрибутика Олимпийских игр
8. Двигательный режим и его значение
9. Физическая культура и спорт как социальные феномены
10. Роль общеразвивающих упражнений в физической культуре
11. Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм
12. Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система
13. Характеристика основных форм оздоровительной физической культуры

Тема 2. Нормативно-правовые и организационные основы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности, ВФСК ГТО

Устный опрос

1. Цель Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
2. Задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
3. Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
4. Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
5. Анализ структуры и содержания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
6. Требования к лицам, проходящим тестирование по выполнению нормативов. испытаний (тестов).
7. Состав испытаний (тестов) для различных категорий населения.
8. Содержание испытаний (тестов) для различных категорий населения.
9. Ступени тестирования по выполнению нормативов. испытаний (тестов).
10. Порядок организации проведения мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов).
11. Регламент проведения мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов).
12. Правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования или мероприятия по выполнению населением

различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов).

ТЕСТ 1

1. Нормативный правовой акт РФ, устанавливающий правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры

и спорта в Российской Федерации, определяющий основные принципы законодательства о физической культуре и спорте, называется:

- 1) Конституция РФ;
- 2) Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- 3) Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- 4) Государственная программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации».

2. Планирование физкультурно-спортивной работы на год, квартал, месяц называется:

- 1) перспективным;
- 2) среднесрочным;
- 3) краткосрочным;
- 4) оперативным.

3. Подготовка к проведению физкультурно-массовых зрелищных мероприятий начинается:

- 1) с создания организационного комитета;
- 2) разработки программы и плана-сценария физкультурно-массового мероприятия;
- 3) разработки положения о физкультурно-массовом мероприятии;
- 4) рекламно-пропагандистских мероприятий.

4. Календарный план физкультурных и спортивных мероприятий, как правило, составляется (по срокам):

- 1) на один месяц;
- 2) каждые четыре месяца (зима, весна, лето, осень);
- 3) год или на сезон;
- 4) четыре года.

5. Продолжительность физкультурных занятий в дошкольных образовательных

организациях для детей 5—6 лет составляет:

- 1) 45 мин;
- 2) 35—40 мин;
- 3) 25—30 мин;
- 4) 20 мин.

6. Основной формой образовательного процесса по предмету «Физическая культура»

в 5—11-х классах общеобразовательных школ являются:

- 1) лекции и мастер-классы по физической культуре и спорту;
- 2) тренировочные занятия в спортивных секциях и кружках физической культуры;

3) уроки физической культуры;

4) школьная олимпиада и викторины по физической культуре.

7. Учебные занятия по дисциплине «Физическая культура» в образовательных организациях среднего профессионального образования по своим целям, задачам и

содержанию подразделяются:

21

1) на теоретические, практические и контрольные;

2) образовательные, оздоровительные и спортивные;

3) общеразвивающие, комплексные и профессионально-прикладные;

4) подготовительные, тренировочные, соревновательные.

8. Основной целью оздоровительно-рекреативной физической культуры в быту

трудящихся и служащих является:

1) снятие кумулятивного утомления, восстановление сил, израсходованных в процессе труда, укрепление здоровья и организация культурно-развлекательного досуга;

2) поддержание уровня общей физической подготовленности, которая была заложена в процессе физического воспитания в период обучения в образовательных организациях;

3) удовлетворение потребностей людей в лечении различных травм, психических срывов в результате стрессовых ситуаций и т.п.;

4) получение тренировочного эффекта, т.е. повышение функциональных возможностей различных органов и систем и развитие адаптации организма к физическим нагрузкам.

9. Основным нормативным документом, определяющим условия и требования к спортивной подготовке по виду спорта «спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (ОДА)» в организациях, осуществляющих спортивную

подготовку, является:

1) инструкция по организации и приведению тренировочных занятий по адаптивным видам спорта;

2) Типовое положение о тренировочном процессе в спортивно-адаптивных школах;

3) Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (опорно-двигательного аппарата)»;

4) план физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в спортивно-адаптивных школах на учебный год.

10. Верховным государственным органом исполнительной власти, осуществляющим

на федеральном уровне управление развитием физической культуры и спорта в

Российской Федерации является:

1) Совет при Президенте РФ по развитию физической культуры и спорта;

2) Комитет по физической культуре, спорту, туризму и делам молодежи Государственной Думы;

3) Министерство спорта РФ;

4) Экспертный совет по физической культуре и спорту при комитете Совета

Федерации по социальной политике.

11. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных

физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий разрабатывается:

- 1) Советом при Президенте РФ по развитию физической культуры и спорта;
- 2) Комитетом по физической культуре, спорту, туризму и делам молодежи Государственной Думы;
- 3) Министерством спорта РФ;
- 4) общероссийскими федерациями (союзами) по видам спорта.

12. Массовые зрелищные мероприятия соревновательного, показательного и развлекательного характера, способствующие активному отдыху и пропаганде физической культуры и спорта, называются:

- 1) физкультурно-спортивные шоу;
- 2) физкультурные праздники;
- 3) дни здоровья и спорта;
- 4) соревнования «Веселые старты».

13. Работой судейской коллегии при проведении соревнований руководит:

- 1) председатель организационного комитета по проведению соревнований;
- 2) главный спортивный судья соревнований;
- 3) официальный представитель местных органов управления физической культурой и спортом;
- 4) комендант соревнований или контролер-распорядитель.

14. Продолжительность физкультурных занятий в дошкольных образовательных организациях для детей 5—6 лет составляет:

- 1) 45 мин;
- 2) 35—40 мин;
- 3) 25—30 мин;
- 4) 20 мин.

15. План физкультурно-спортивной работы на учебный год в общеобразовательной школе утверждает:

- 1) директор общеобразовательной организации;
- 2) заместитель директора по учебно-воспитательной работе;
- 3) заместитель директора по физкультурно-спортивной работе;
- 4) педагогический совет.

16. В начале учебного года в образовательных организациях среднего профессионального образования всех обучающихся на основании медицинского

заключения о состоянии здоровья, уровня физического развития и физической подготовленности распределяют на следующие медицинские группы, в которых

целесообразно заниматься физической культурой и спортом:

- 1) физкультурную, оздоровительную, физического совершенствования;
- 2) основную, подготовительную, специальную;
- 3) общей физической подготовки, спортивную, адаптивную;
- 4) базовой физкультурной подготовки, профессионально-прикладной

подготовки, лечебной физической культуры.

17. При составлении комплексов физических упражнений, применяемых в режиме

труда и отдыха в трудовых коллективах, ориентируются:

- 1) на возрастные особенности трудящихся и служащих;
- 2) характер трудовой деятельности, специфику трудовых действий и рабочих движений, характер рабочих поз;
- 3) уровень физической подготовленности трудящихся и служащих;
- 4) инструкции по охране труда и здоровья работников в процессе трудовой деятельности.

18. Для достижения тренировочного эффекта организованные занятия со спортсменами-инвалидами следует проводить не реже:

- 1) двух раз в неделю;
- 2) трех раз в неделю;
- 3) четырех — пяти раз в неделю;
- 23
- 4) шести раз в неделю.

19. Спортивная федерация — это:

- 1) общественная организация, которая создана на основе членства и целями которой является развитие одного или нескольких видов спорта, их пропаганда, организация, а также проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов — членов спортивных сборных команд;
- 2) государственная организация, целью которой является организация и проведение физкультурных и спортивных мероприятий, приобщение широкого круга населения к занятиям физической культурой, пропаганда здорового образа жизни;
- 3) некоммерческая организация, учрежденная гражданами и (или) юридическими лицами на основе добровольных имущественных взносов и преследующая цели по осуществлению физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;
- 4) некоммерческое объединение граждан, осуществляющее деятельность по подготовке и проведению спортивных мероприятий, оказанию физкультурно-оздоровительных услуг.

20. Всероссийский сводный календарный план физкультурных и спортивных мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования ежегодно,

формируется:

- 1) Министерством образования и науки РФ и Министерством спорта РФ;
- 2) Комитетом по физической культуре, спорту, туризму и делам молодежи Государственной Думы;
- 3) Департаментом развития физической культуры и массового спорта;
- 4) Общероссийскими спортивными федерациями по видам спорта.

21. Очередность выступления участников в спортивных конкурсах определяется:

- 1) положением об очередности участия в спортивных конкурсах;
- 2) инструкцией по организации и приведению спортивных конкурсов;

- 3) жеребьевкой;
- 4) организационным комитетом в соответствии с пожеланиями участников.
22. По окончании соревнований главная судейская коллегия составляет и представляет организации, проводящей соревнование, отчет, который подписывается:
- 1) главным спортивным судьей и главным спортивным судьей-секретарем;
 - 2) председателем комитета по организации и проведению соревнований;
 - 3) официальным представителем местных органов управления физической культурой и спортом;
 - 4) главным менеджером соревнований и начальником службы фиксации и обработки результатов.
23. Кратковременное выполнение физических упражнений в процессе занятий, требующих от детей дошкольного возраста интеллектуального напряжения, называется:
- 1) динамическая физкультурная пауза;
 - 2) физкультминутка;
 - 3) двигательная разминка;
 - 4) экспресс-гимнастика.
24. Основная направленность занятий в кружках физической культуры в общеобразовательных организациях:
- 1) обучение занимающихся базовым видам спорта школьной программы;
 - 2) прикладная физическая подготовка;
 - 3) общая физическая подготовка;
 - 4) физическая рекреация.
25. Основной формой организации образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура» в образовательных организациях среднего профессионального образования являются:
- 1) учебные (академические) занятия;
 - 2) тренировочные занятия в спортивных секциях (по выбору студентов);
 - 3) факультативные занятия;
 - 4) элективные курсы по физической культуре и спорту.
26. Физкультурно-спортивную работу в трудовых коллективах планирует и непосредственно организовывает:
- 1) руководитель предприятия (учреждения, организации);
 - 2) заместитель руководителя предприятия по физкультурно-спортивной работе;
 - 3) инструктор-методист по производственной гимнастике и физкультурно-оздоровительной работе;
 - 4) отдел физкультурно-спортивной работы профсоюзного комитета.
27. Лечение, восстановление и компенсация утраченных способностей группы населения, отличительной особенностью которой являются устойчивые отклонения в состоянии здоровья, это основные задачи:
- 1) массового (оздоровительного) спорта;
 - 2) адаптивного физического воспитания;
 - 3) адаптивной физической (двигательной) рекреации

4) адаптивной физической (двигательной) реабилитации.

28. Основные положения государственной политики в области физической культуры и

спорта в Российской Федерации определены:

1) в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

2) Федеральных государственных образовательных стандартах;

3) Федеральных стандартах спортивной подготовки;

4) Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации».

29. Документ, в котором излагается содержание и последовательности выполнения

определенной работы (видов деятельности) в установленные сроки, называется:

1) инструкция;

2) план;

3) указание;

4) программа.

30. К основным документам, регламентирующим организацию и проведение спортивных соревнований и физкультурно-массовых мероприятий, относится:

1) календарный план физкультурных и спортивных мероприятий;

2) программа и сценарий проведения физкультурно-спортивных мероприятий;

3) инструкция, регламентирующая организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий;

4) Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Ключи ответов к тесту

1) 3	16)6
2) 7	17)6
3) 1	18)6
4) 7	19)1
5) 7	20)5
6) 7	21)3
7) 5	22)5
8) 5	23)6
9) 7	24)7
10)3	25)5
11)7	26)7
12)2	27)8
13)6	28)1
14)11	29)6
15)5	30)5

ТЕСТ 2

Правильный ответ подчеркнуть.

1. Сколько ступеней имел первый комплекс ГТО 1931 года?

- пять

- одну

- десять
- одиннадцать

2. На какие испытания (тесты) по выбору подразделяются в соответствии со ступенями

структуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (за исключением

испытаний (тестов) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья)?

- испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей;
- испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей;
- испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками

- все вышеперечисленные

3. Укажите максимальное количество участников в одном заходе при проведении теста

«Скандинавская ходьба»:

- 20 человек
- 4 человека
- 15 человека
- 10 человек

4. В каком году был введен в действие указ о возрождении комплекса «Готов к труду и обороне» в России?

в 2004 г.

в 2008 г.

в 1991 г.

в 2014 г.

5. К скоростно-силовым упражнениям, ациклического типа, характеризующимся кратковременными максимальными нервно-мышечными усилиями и высокой координацией движения относятся:

- прыжки с места
- гиревой спорт
- скандинавская ходьба
- бег на длинные дистанции
- подтягивание

6. Первый комплекс ГТО предполагал выполнение 21 испытания, 15 из которых носили

практический характер. Укажите испытание, которое не входило в первый комплекс ГТО:

- фехтование
- верховая езда
- бег на 100, 500 и 1000 м
- умение ездить на велосипеде или управлять трактором, мотоциклом, автомобилем

- поднимание патронного ящика весом в 32 кг и безостановочное передвижение с ним на расстоянии 50 м

- метание гранаты

7. По каким вопросам оказывают консультационную помощь центры тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов), населению?

- влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;

- гигиена занятий физической культурой;

- основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;

- основы методики самостоятельных занятий;

- овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

- все вышеперечисленные.

8. Какие применяются элементы обучения технике контрольного упражнения «Бег 60 м»?

- от линии старта отмерить 1—1,5 стопы назад и одну стопу в сторону и принять

положение низкого старта

- фиксация положения тела после команды «внимание!» (сохранить положение

неустойчивого равновесия)

- в шаге выполнить имитацию финиширования способом «бросок грудью» на финишную

ленточку

- то же с небольшим ускорением по команде

- все вышеперечисленное

9. Какие задачи решает комплекс ГТО?

- приобретение теоретических знаний и практического опыта, необходимых для успешной соревновательной деятельности

- повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий

- повышение уровня физической подготовленности населения

- увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации

- модернизация системы физического воспитания и системы развития массового спорта в образовательных организациях

- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом

- все вышеуказанные

10. С какого вида старта выполняется испытание на скоростные возможности бег на 60 и 100 м?

- с высокого старта

- с низкого старта

- с низкого или высокого старта

11. Какие предусмотрены задачи для реализации ВФСК ГТО для обучающихся?

- овладение основными теоретическими сведениями о комплексе ГТО

- создание и поддержание на соревнованиях атмосферы состязательности

- формирование устойчивого интереса к выполнению контрольных упражнений

(испытаний), в том числе к различным формам самостоятельных занятий

- формирование навыков самостоятельных занятий для подготовки к сдаче норм ГТО

- воспитание чувства патриотизма

- все вышеуказанные

12. Сколько ступеней имел комплекс «Готов к труду и обороне» до 23 марта 2023 года?

43

- 7

- 10

- 11

- 13

- 16

13. При подтягивании из виса лежа на низкой перекладине высота грифа перекладины для

участников II - XV ступеней должна составлять:

- 100 см по верхнему краю.

- 90 см по верхнему краю

- 80 см по верхнему краю

- 70 см по верхнему краю

14. Какую задачу не решает реализация комплекса ГТО для различных групп населения?

- повышение общего уровня знаний населения в вопросах физической культуры

- формирование потребностей в ведении здорового образа жизни

- популяризация физической культуры, приобщение граждан к систематическим занятиям

физическими упражнениями

- подготовка к соревновательной деятельности

15. Рывок гири проводится на помосте или любой ровной площадке размером:

- 1 x 1 м.

- 2 x 2 м.

- 3 x 3 м.

- 4 x 4 м.

16. Участок для шестиминутного бега (выносливость) должен быть размечен (табличками,

флажками, мелом или иным способом) каждые

- 10 - 20 - 35 м,

- 15 - 30 - 40 м,

- 20 - 40 - 50 м,

- 20 - 50 - 100 м.

17. Какой раздел не входит в нормативно-тестирующую часть комплекса ГТО?

- виды испытаний (тесты) и нормативы
- выполнение разрядных требований спортивных многоборий, состоящих из различных испытаний (тестов)
- требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта
- рекомендации к недельному двигательному режиму

18. Какие дистанции входят в программу комплекса ГТО по бегу на выносливость?

- 1000 м.
- 1500 м.
- 2000 м.
- 3000 м.
- все вышеперечисленные

19. Сколько возрастных ступеней содержал комплекс ГТО 1972 года?

- пять
- семь
- девять
- одиннадцать

20. Какая недельная двигательная активности необходима возрастной группе от 18 до 19

лет (седьмая ступень ГТО)

- не менее 8 часов
- не менее 9 часов
- не менее 10 часов
- не менее 11 часов

Тема 3. Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа

Устный опрос, письменный опрос

1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста.
2. Формы организации физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях.
3. Организация физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста в спортивных школах.
4. Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с детьми школьного возраста в семье.
5. Организация физкультурно-спортивной работы в детских оздоровительных лагерях.
6. Особенности планирования и проведения мероприятий в детских оздоровительных лагерях.
7. Виды спортивно-массовой работы в детских оздоровительных лагерях.
8. Права и обязанности инструктора по физической культуре в детских оздоровительных лагерях.
9. Особенности физического воспитания в семье.
10. Физкультурно-спортивная работа в общеобразовательных организациях.
11. Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.
12. Организация проведения урока физической культуры.

13. Организация физкультурно-спортивной работы со школьниками во внеурочное время.
14. Роль учителя физической культуры в организации внеурочной работы.
15. Основные разделы плана физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в школе.
16. Реализация дидактических принципов в процессе преподавания предмета «Физическая культура» в школе.
17. Физкультурно-спортивная работа в образовательных организациях среднего профессионального образования.
18. Особенности организации занятий для студентов в образовательных организациях среднего профессионального образования.
19. Особенности физического воспитания студентов с ОВЗ и инвалидов
20. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с лицами, осуществляющими трудовую деятельность.
21. Цель, задачи и формы физкультурно-спортивной работы с лицами пожилого и старческого возраста.
22. Организация деятельности волонтеров при проведении физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия.
23. Функции и обязанности волонтеров проведении физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия.
24. Организация физкультурных и спортивных мероприятий комплекса ГТО.
25. Принципы построения комплекса ГТО.
26. Спортивные сооружения и оборудование для организации и проведения сдачи испытаний (тестов) комплекса ГТО.
27. Виды тренировочных сборов и их направленность. Порядок организации тренировочных сборов.
28. Особенности выбора места проведения тренировочных сборов.
29. Документы, регламентирующие организацию и проведение спортивных соревнований и физкультурно-массовых мероприятий.
30. Подготовка и проведение спортивных соревнований.
31. Организация и проведение физкультурно-спортивных мастер классов.
32. Техника безопасности, требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий; способы и приемы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных занятий.
33. Объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.
34. Специфика подбора физических упражнений для групп здоровья и секций общей физической подготовки (ОФП) для взрослых.
35. Возрастная классификация взрослого населения и ее значение при организации физкультурно-спортивной деятельности

Практическое занятие 1

Тема Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц зрелого возраста (написание конспекта)

Тема Организационно-управленческие основы физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства (написание конспекта)

Тема Физкультурно-оздоровительная работа с населением в клубах по месту жительства (написание конспекта)

Вопросы для обсуждения:

- 1 Дать характеристику возрастных особенностей людей зрелого возраста.
- 2 Дать характеристику направленности оздоровительно-рекреативной физической культуры лиц зрелого возраста.
- 3 В чем состоит организация физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого возраста?
- 4 Дать характеристику содержания физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления.
- 5 В чем состоит организация физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления?
- 6 В чем состоит организация спортивно-массовых мероприятий с населением по месту жительства?
- 7 Дать характеристику организационных подходов деятельности физкультурно-спортивного клуба по месту жительства.
- 8 В чем состоит специфика работы с детьми, подростками и молодёжью в клубах по месту жительства?
- 9 Дать характеристику деятельности центров физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства

Практическое занятие 2

Тема: Основы массовой физкультурно-оздоровительной работы в трудовых коллективах (написание конспекта)

Тема: Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц пожилого возраста (написание конспекта)

Тема: Основы планирования, контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением (написание конспекта)

Вопросы для обсуждения:

1. Дать характеристику физической культуры на производстве.
2. Дать характеристику физической культуры непосредственно в рамках трудового процесса.
3. Дать характеристику физической культуры вне рамок трудовой деятельности
4. Дать характеристику возрастных особенностей людей пожилого возраста.
5. Дать характеристику содержания занятий оздоровительно-рекреативной физической культурой с лицами пожилого возраста.
6. Определите методические особенности занятий физической культурой с пожилыми людьми
7. В чем состоит специфика планирования физкультурно-оздоровительной работы в трудовом коллективе и по месту жительства.
8. Документация планирования физкультурно-оздоровительной работы. Виды контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением

Подготовка к написанию реферата

1. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий с различными возрастными группами.
2. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий по месту жительства.
3. Содержание и методика физкультурно-оздоровительной работы на производстве.
4. Организация и методика проведения спортивно-массовых мероприятий.
5. Особенности управления в сфере физической культуры и спорта.
6. Реклама физкультурно-оздоровительной работы.
7. Нетрадиционные методики физкультурно-оздоровительных занятий с детьми и взрослыми.
8. Формирование интереса и потребности младших школьников в укреплении здоровья и организации здорового образа жизни.
9. Использование закаливающих процедур в режиме дня младших школьников.
10. Профилактика заболеваний младших школьников.
11. Влияние физкультминуток и динамической перемены на умственную работоспособность школьников.
12. Содержание и организация воспитательной работы в школе по здоровому образу жизни.
13. Спорт и здоровье.
14. Вредные привычки и здоровье (подростки, юноши, студенты, взрослые).
15. Влияние нетрадиционных видов двигательной активности
16. средств оздоровления на состояние здоровья детей и взрослых.
17. Методика урока физической культуры с оздоровительной направленностью.
18. Содержание и методика использования оздоровительных систем в работе с детьми, подростками, взрослым населением.
19. Сохранение и укрепление социального здоровья младших школьников в условиях учебно-воспитательного процесса.
20. Использование оздоровительных средств на уроках физической культуры.
21. Исследование уровня здоровья школьников.
22. Взаимосвязь уровня развития двигательных качеств и заболеваемости младших школьников.
23. Взаимодействие работы педагога и родителей при формировании здорового образа жизни младших школьников.
24. Взаимосвязь двигательного режима школьников и уровня их здоровья.
25. Формирование культуры здоровья студенческой молодёжи.
26. Формирование культуры здоровья у педагогов образовательных учреждений.
27. Организация и методика проведения внеклассной работы по здоровому образу жизни в условиях общеобразовательной школы.
28. Формирование культуры здоровья школьников в классах предпрофессиональной подготовки.
29. Особенности обучения школьников основам ЗОЖ.

30. Использование закаливающих процедур в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
31. Организация и методика работы с родителями по формированию ЗОЖ.
32. Психо-гимнастика как средство регуляции эмоционального состояния.
33. Методика проведения дыхательной гимнастики с детьми дошкольного возраста.
34. Методика проведения дыхательной гимнастики с младшими школьниками.
35. Особенности проведения глазодвигательной гимнастики с учащимися 1-4 классов.
36. Методика проведения корригирующей гимнастики с детьми дошкольного возраста.
37. Организация кружковой работы по ритмической гимнастике в дошкольном учреждении.
38. Организация работы секции по ритмической гимнастике в условиях общеобразовательной школы.
39. Исследование уровня теоретических знаний у детей 5-7 лет области физической культуры.
40. Исследование уровня знаний у дошкольников в области ЗОЖ.
41. Исследование уровня знаний у младших школьников в области физической культуры.
42. Исследование уровня знаний у младших школьников в области ЗОЖ.
43. Исследование уровня физического здоровья детей дошкольного возраста.
44. Исследование уровня физического здоровья младших школьников.
45. Профилактика вредных привычек у подростков.
46. Профилактика нарушений осанки у младших школьников.
47. Взаимосвязь уровня физического здоровья и заболеваемости с индивидуально-типологическими особенностями младших школьников специальной медицинской группы.
48. Исследование физического развития, работоспособности и заболеваемости школьников различных профилей обучения.
49. Изучение уровня физического состояния у школьников, занимающихся и не занимающихся спортом.
50. Взаимосвязь физического развития, заболеваемости и физической подготовленности школьников.
51. Использование традиционных и нетрадиционных методик дыхательной гимнастики в школьной практике.
52. Коррекция зрения у младших школьников.
53. Влияние подвижных игр на формирование физического здоровья детей дошкольного возраста.
54. Влияние дыхательной гимнастики на формирование физического здоровья детей.
55. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы.
56. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний дыхательной системы.

57. Комплексная оздоровительная программа в профилактике простудных заболеваний.

58. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Методические рекомендации по выполнению реферата

Написание реферата является одной из форм обучения, направленной на организацию и повышение уровня самостоятельной работы студентов, целью которой является рас-

ширение их научного кругозора, ознакомление с методологией научного поиска.

Реферат, как форма обучения студентов, это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами. При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы.

При написании реферата необходимо: - с максимальной полнотой использовать литературу по выбранной теме (как рекомендуемую, так и самостоятельно подобранныю) для правильного понимания авторской позиции; - соблюдать оригинальность не менее 30% согласно системе antiplagiat.ru; - верно (без искажения смысла) передать авторскую позицию в своей работе; - уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с тем или иным автором по данной проблеме.

В реферате необходимо изложить основные аспекты проблемы не только грамотно, но и в соответствии с той или иной логикой (хронологической, тематической, событийной и др.). Реферат должен заканчиваться подведением итогов проведенной исследовательской работы: содержать краткий анализ-обоснование преимуществ той точки зрения по рассматриваемому вопросу, с которой Вы солидарны.

Тема 4. Формы и структура построения занятий ФК с различными группами населения

Выступления с презентацией

1. Формы и структура построения занятий ФК с различными группами населения.

2. Основные формы проведения занятий с различными группами населения.

3. Занятие ФК с дошкольниками.

4. Урок ФК, Занятие ФК в образовательных учреждениях.

5. Занятия фитнесом и их особенности.

6. Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и методики совершенствования физических качеств и способностей, занимающихся различного возраста, и различной физической подготовленности.

Практические задания (написание конспекта)

Составить конспект урока по физической культуре

Вопросы для устного (письменного) опроса

1. Каковы возрастные особенности детей школьного возраста?
2. Каковы особенности проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня общеобразовательной школы?
3. Каковы основные задачи проведения спортивно-массовых мероприятий в школе?
4. Назовите, что относится к внеурочным формам занятий физической культурой со школьниками.
5. Какова организация внеурочных форм занятий физической культурой с детьми школьного возраста?
6. Каковы возрастные особенности детей 3–7 лет?
7. Каковы особенности организации физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми в режиме дня дошкольного образовательного учреждения?
8. Каковы методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста?
9. Раскройте основные формы физкультурно-оздоровительных занятий с детьми 3-7 лет.
10. Какова специфика организации различных форм активного отдыха дошкольников.
11. Каковы возрастные особенности детей школьного возраста?
12. Каковы особенности проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня общеобразовательной школы?
13. Каковы основные задачи проведения спортивно-массовых мероприятий в школе?
14. Назовите, что относится к внеурочным формам занятий физической культурой со школьниками.
15. Какова организация внеурочных форм занятий физической культурой с детьми школьного возраста?
16. Каковы возрастные особенности юношеского возраста?
17. Какова направленность и особенности содержания физической культуры в ссузах и вузах?
18. Дайте характеристику основным формам физической культуры молодёжи.
19. Каковы научно-практические основы физического воспитания учащейся молодёжи?
20. Каковы методические особенности занятий физическим воспитанием студентов учебных заведений?
21. Каковы основные задачи физической культуры трудящихся?
22. Дайте характеристику физической культуры непосредственно в рамках трудового процесса.
23. Каковы особенности проведения производственной гимнастики на производстве в зависимости от группы труда?
24. Охарактеризуйте основные виды физкультурно-оздоровительных занятий с трудящимися.

25. Дайте характеристику физической культуры вне производственной деятельности.
26. Каковы возрастные особенности лиц зрелого возраста?
27. Какова направленность оздоровительно-рекреативной физической культуры с лицами зрелого возраста?
28. Назовите методические принципы проведения физкультурно-оздоровительных занятий со взрослым населением.
29. Каковы особенности организации физкультурно-оздоровительных занятий с людьми зрелого возраста.
30. Каковы методы обучения на физкультурно-оздоровительных занятиях?
31. Каковы возрастные особенности людей пожилого возраста?
32. Какая направленность оздоровительно-рекреативной физической культуры лиц пожилого возраста?
33. Дайте характеристику форм организации работы с лицами пожилого возраста.
34. Каковы принципы комплектования групп здоровья?
35. Каковы методические особенности проведения занятий физической культурой с людьми пожилого возраста

Тема 5. Методы и средства физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности

Устный (письменный) опрос

- 1.Средства, методы организации и проведения спортивно-массовой работы на предприятиях (на примере любой формы предприятия).
2. Средства, методы организации и проведения спортивно-массовой работы на учреждения (на примере любой формы учреждения).
3. Средства и методы контроля за спортивно-массовой работой на предприятиях и учреждениях.
4. Методы самоконтроля на физкультурно-оздоровительных занятиях.
5. Особенности организации и проведения физкультурно-оздоровительных занятий в тренажёрном зале с учётом возраста.
6. Организация физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с населением на стадионах.
7. Организация спортивных и оздоровительных услуг для детей в физкультурно-оздоровительных клубах и фитнес центрах.
8. Средства контроля самочувствия и обеспечения правил безопасности на физкультурно-оздоровительных занятиях.
9. Дозирование физической нагрузки. Средства оценки физического развития, физической подготовленности на физкультурно-оздоровительных занятиях.
10. Понятие осанка, разновидности нарушений осанки и плоскостопия, средства ФК, лечебной ФК в коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата).

11. Средства, методы внедрения ВФСК ГТО в спортивно-массовую работу различных слоёв населения и форм организации (на примере любого возрастного периода и формы организации).
12. Средства и методы развития физических качеств, прикладных умений и навыков, требуемых для сдачи ВФСК ГТО (на примере любого возрастного периода).
- 13 Организация учебно-тренировочного процесса, направленного на развитие физических качеств и совершенствование прикладных умений и навыков, с учётом возрастных особенностей занимающихся (на примере любого возрастного периода).
14. Порядок организации контроля за состоянием здоровья и сопровождения выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (на примере любого возрастного периода)
15. Средства, методы организации и проведения спортивно-массовой работы в образовательных организациях для детей школьного возраста.
16. Средства, методы организации и проведения спортивно-массовой работы в образовательных организациях для студентов.
17. Волонтерское движение. Взаимодействие спортивных клубов волонтеров.
18. Средства, методы организации школьного и студенческого спорта.
19. Фитнес услуги в деятельности спортивных клубов.

Тест

1. *Они являются методом приобщения широких масс населения к физической культуре и спорту и это про:*
 - А) массовые физкультурно-спортивные мероприятия;
 - Б) профессиональные физкультурно-спортивные мероприятия.
1. *Основные цели проведения массовых физкультурно-спортивных мероприятий (ФСМ) (выберите все возможные варианты):*
 - А) проверка навыков и умений;
 - Б) сплотить людей с похожими интересами;
 - В) организация активного отдыха;
 - Г) повышение физической подготовленности.
2. *Какие социальные задачи массовые призваны решать физкультурно-спортивные мероприятия:*
 - А) пропаганда физической культуры и спорта;
 - Б) воспитание прикладных навыков и умений;
 - В) правильный первый вариант;
 - Г) правильны оба варианта.
3. *К основным принципам организации и проведения ФСМ относятся:*
 - А) проведение соревновательных упражнений как можно труднее;
 - Б) безопасность участников, зрителей и судей;
 - В) доступность по времени для судей;
 - Г) проведение в месте дальше жилых районов;
4. *Какие ограничения к потенциальным участникам ФСМ:*
 - А) возраст;
 - Б) уровень профессиональной подготовки;
 - В) ограничений нет;
 - Г) пол.
5. *когда были официально определены права и обязанности зрителей, запреты, порядок использования средств поддержки для болельщиков на спортивных соревнованиях:*

- А) 2005;
- Б) 2011;
- В) 2013;
- Г) 2003.

6. *Какие средства поддержки не требуют предварительного согласования с организатором официального спортивного соревнования:*

- А) баннеры и флаги, которые не превышают размеров 2 метра 1,5 метра, в том числе на пустотельных древках, не превышающих 1,5 метра в длину и 2,5 сантиметра в диаметре;
- Б) содержащие нацистскую атрибутику или символику либо атрибутику или символику экстремистских организаций, а также атрибутику или символику, сходную с ними до степени смешения;
- В) не оскорбляющие честь и достоинства участников, зрителей и (или) организаторов официального спортивного соревнования;
- Г) все вышеперечисленные.

7. *Что чаще всего применяется в системе физкультурно-оздоровительной работы ФСМ?*

- А) состязательная игровая деятельность;
- Б) ритмическая гимнастика;
- В) занятие-тренировка;
- Г) занятие-зачёт.

8. *Что такое «гандикап»?*

- А) вид спортивного инвентаря;
- Б) спортивное соревнование разных по классу (или по возрасту) участников с предварительным уравниванием шансов на победу;
- В) особый вид йоги;
- Г) традиционное физкультурное занятие.

9. *С какой целью проводятся ФСМ (Физкультурно-спортивные мероприятия)?*

- А) с целью проверки навыков и умений;
- Б) с целью организации активного отдыха;
- В) с целью проведения спортивных соревнований;
- Г) верны все вышеперечисленные варианты ответов.

10. *Назовите особенности в организации и проведении физкультурноспортивных массовых мероприятий:*

- А) физкультурно-спортивные интересы предполагаемых участников, возможности реализации (наличие инвентаря, спортснаружиений), следует ориентироваться на календарь спортивно --массовых мероприятий на год;
- Б) наличие места проведения и инвентаря для соревнований;
- В) ограничения по возрасту, полу, уровню профессиональной подготовки;
- Г) наличие звания МС (мастера спорта)

11. *Какие задачи решаются в процессе проведения массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий (соревнований)?*

- А) пропаганда физической культуры и спорта;
- Б) воспитание прикладных навыков и умений;
- В) подведение итогов спортивного коллектива;
- Г) все вышеперечисленные варианты ответов верны.

12. *К основным принципам организации и проведения ФСМ относятся:*

- А) соответствие его задачам и виду; доступность по времени и месту проведения; посильность соревновательных упражнений;
- Б) только эстетика и зрелищность;
- В) наличие инвентаря;
- Г) спортивный интерес

13. *Какие мероприятия являются методом приобщения широких масс населения к физической культуре и спорту:*

- А) психологические мероприятия;
- Б) спортивные мероприятия;
- В) массовые мероприятия;
- Г) массовые физкультурно-спортивные мероприятия.

Тема 6. Спортивно- массовая и физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня обучающихся

Выступления с презентацией

1. Оздоровительные мероприятия и процедуры в режиме учебного дня и недели
2. Физическая культура в основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий.
3. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.
4. Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.
5. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности в школе

Практические задания №1. Защита мини-проекта «Программа подвижных и спортивных игр для школьников»

Задание: Разработать и представить программу подвижных или спортивных игр для выбранной группы школьников на выбранную тематику

Примерная тематика спортивных мероприятий:

- 1) «Зимняя рыбалка»
- 2) Спортивно – развлекательная программа «Весёлые старты»
- 3) Спортивно – игровая программа «Готов служить России»
- 4) «Красный, желтый, зеленый»
- 5) «У летних ворот – игровой хоровод»
- 6) Спортивно-развлекательный праздник
- 7) Игра на местности «Ночной патруль»
- 8) День Здоровья «Весёлые олимпийские игры»
- 9) Спортивно-оздоровительное мероприятие
- 10) «Праздник подвижных игр»
- 11) «Про братьев наших меньших» (день прилета птиц)
- 12) Спортивно-развлекательная программа
- 13) «Солдатская рыбалка»
- 14) «Спорт – надежный и верный друг»
- 15) Спортивно-развлекательное мероприятие
- 16) Спортивно – прикладная эстафета

Тест Организация и проведение внеурочной работы и занятий в области физической культуры

1. Укажите, что не относится к «малым формам» занятий физическими упражнениями:
 - а) Оздоровительная гимнастика
 - б) Микропауза активного отдыха
 - в) Физкультурные минуты
 - г) Спортивный час в группах продленного дня
2. Укажите, с какой целью проводится гимнастика до начала учебных занятий:

- а) Совершенствование двигательных навыков
 - б) Овладение физкультурными знаниями
 - в) Пробуждение организма обучающихся
 - г) Совершенствование телосложения и гармоничное развитие физиологических функций
3. Выберите верный ответ: спортивный час относится:
- а) К малым формам внеурочных занятий;
 - б) К средним формам внеурочных занятий;
 - в) К текущему контролю;
 - г) К крупным формам внеурочных занятий;
4. Назовите цель проведения внутришкольных соревнований
- а) Определение уровня физических способностей;
 - б) Отбор учеников на муниципальные соревнования;
 - б) Сдача нормативов;
5. Выберите верный ответ: утренняя гигиеническая гимнастика относится:
- а) К малым формам внеурочных занятий;
 - б) К средним формам внеурочных занятий;
 - в) К специальным видам контроля;
 - г) К крупным формам внеурочных занятий;
6. Выберите верный ответ: самостоятельные занятия относятся:
- а) К малым формам внеурочных занятий;
 - б) К средним формам внеурочных занятий;
 - в) К крупным формам внеурочных занятий;
 - г) К итоговому контролю;
7. Укажите в каком случае проводится «День здоровья» в школе
- а) В соответствии с планом физкультурной работы;
 - б) По просьбе классного руководителя;
 - в) По просьбе учеников
 - г) По просьбе родителей
8. Назовите, что относится к внеурочным формам занятий:
- а) Урок физической культуры
 - б) Занятие в секции
 - в) Выполнение домашнего задания
9. Укажите, кто может проводить занятия в спортивных секциях в школе:
- а) Учитель начальных классов;
 - б) Наиболее подготовленный ученик старшей школы;
 - в) Занятия проводят родители учеников;
 - г) Учитель физической культуры;
10. Назовите вид спорта, который входит в программу Спартакиады в школе:
- а) Дартс;
 - б) Хоккей;
 - в) Футбол;
 - г) Прыжки с трамплина;

Устный опрос

1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня школьников.
2. Внеклассные формы физического воспитания школьников.
3. Физическая культура в семье.
4. Охарактеризуйте понятия: компетенция, физкультура, спорт.
5. Раскройте сущность, цель, задачи и функции внеурочной работы в школе.
6. Формы и методы внеурочной работы в школе.
7. Организация деятельности коллектива физической культуры (спортивного клуба школы).
8. Психолого-педагогические особенности временного детского коллектива.

Тема 7. Современные оздоровительные технологии физической культуры

ТЕСТ 1

1. Как ссанскрита переводится слово «йога»?

- А) союз;
- Б) жизнь;
- В) вера;
- Г) здоровье.

2. Сколько выделяется направлений йоги?

- А) 5;
- Б) 6;
- В) 7;
- Г) 8.

3. Подсознание - это...

- А) автономное управление по выработанным ранее программам (растительный ум, инстинкты, привычки);
- Б) постановка проблемы, контроль ее решения, связь между людьми и поколениями с помощью речи (рассуждающий и нерассуждающий интеллекты);
- В) выработка новых форм поведения (интуиция, космический разум).

4. Что такое «тайчи»?

- А) начальная поза при занятиях йогой;
- Б) древнекитайская оздоровительная система;
- В) национальный танец китайцев;
- Г) национальное блюдо японцев.

5. В каком году всему миру стало известно слово «аэробика»?

- А) 1945;
- Б) 1956;
- В) 1968;
- Г) 1978.

ТЕСТ 2

1. Что является способностью человека адаптироваться к изменяющимся условиям внешней среды, взаимодействуя с ними свободно на основании своей биологической, психологической и социальной сущности?

- А) сила воли;
- Б) здоровье;
- В) иммунитет;
- Д) адаптация.

2. Из каких стран к нам пришли традиционные оздоровительные системы?

- А) Китай и Япония;
- Б) Индия и Южная Корея;
- В) Индия, Китай и Южная Корея;
- Г) Индия и Китай.

3. Что в переводе ссанскрита означает союз, соединение, связь, гармония?

- А) Йога;
- Б) Ушу;
- В) Инь-ян;
- Г) Фен-Шуй.

4. Кто понимал йогу как свод законов социальной, нравственной и экологической жизни общества?

- А) Будда;
- Б) Ригведа;
- В) Чжуан-Цзы;
- Г) Цзяо Юань.

5. Что такое «яма»?

- А) Принятие хорошего и полезного;

- Б) Отказ от плохого и вредного;
- В) Ограничение жизненной энергии;
- Г) Концентрация внимания.

6. Состояние, характеристиками которого являются приятные ощущения с оттенком спокойствия и умиротворения, чувство единства с окружением – это:

- А) Мокша;
- Б) Эйфория;
- В) Сансара;
- Г) Нирвана.

7. Какое воинское искусство, соответствует пути воина?

- А) Ушу;
- Б) Син До;
- В) Крав-мага;
- Г) Тхэквондо.

8. Какими тремя сферами мышления обладает человек?

- А) Подсознание, сверхсознание, сознание;
- Б) Подсознание, сверхразум, сознание;
- В) Подразум, сверхразум, разум;
- Г) Ничего из перечисленного.

9. Выберите верное название древнекитайской оздоровительной системы:

- А) Тайциоань;
- Б) Тайчицуань;
- В) Тайцзычуань;
- Г) Тайцзицюань.

10. Здоровье тела и здоровье духа:

- А) Существуют отдельно друг от друга;
- Б) Взаимосвязаны;
- В) Не влияют друг на друга;
- Г) Ничего из перечисленного.

11. В каком веке Миямото Мусаси написал: «Истинный мастер следует двойственному Пути меча и кисти, и поэтому должен понимать оба этих Пути. Даже если у человека нет естественной склонности, он может быть Мастером, если будет настойчиво практиковать оба этих Пути»:

- А) в X веке;
- Б) в VIII веке;
- В) в XIX веке;
- Г) в XVII веке.

12. Шейпинг, спортивная аэробика, гидроаэробика – это все является:

- А) Нетрадиционными видами гимнастики;
- Б) Необычными видами спорта;
- В) Традиционными оздоровительными системами;
- Г) Спортивными и подвижными играми.

13. Сколько существует групп гимнастических упражнений в атлетической гимнастике?

- А) 6;
- Б) 3;
- В) 9;
- Г) 13.

14. Кто опубликовал книгу «Аэробика» в 1968 г?

- А) Хальберт Л. Данн;
- Б) Порфирий Иванов;
- В) Кеннет Купер;
- Г) Каллане Пинкней.

15. Что представляет собой уникальный комплекс поз и упражнений, которые выполняются с обязательным соблюдением диафрагмального дыхания?

- А) Шейпинг;
- Б) Стретчинг;
- В) Калланетика;

Г) Бодифлекс.

ТЕСТ 3

1. Выберите три составляющие здоровья по Р.М. Баевскому:

- А) состояние тела, чистота ума, гармония между этими элементами;
- Б) физическая развитость, способность противостоять стрессу, общая выносливость организма;
- В) способность развиваться, взаимодействовать с окружающим миром, наложенное питание;
- Г) способность адаптироваться, свобода реагирования, сущность человека

2. Что означает «йога» в переводе с санскрита?

- А) изменение, рост;
- Б) движение, жизнь;
- В) союз, соединение;
- Г) тепло, сила.

3. Какого вида йоги не существует?

- А) Карма-йога;
- Б) Лая-йога;
- В) Лобао-йога;
- Г) Крия-йога;

4. Сколько ступеней существует в йоге (согласно Патанджали)?

- А) 5;
- Б) 7;
- В) 9;
- Г) 8.

5. Где возникло Тайчи?

- А) Китай;
- Б) Месопотамия;
- В) Индия;
- Г) Япония.

6. Какой принцип лег в основу Тайчи?

- А) дыши глубже, чтобы соединиться с энергией;
- Б) используй мысль, не используй силу;
- В) двигайся через сознание;
- Г) изучай мир, чтобы изучить себя.

7. На какие системы влияет аэробика?

- А) нервная и лимфатическая;
- Б) дыхательная и пищеварительная;
- В) лимфатическая и пищеварительная;
- Г) сердечно-сосудистая и дыхательная.

8. Какая фаза в аэробике является главной для достижений эффекта?

- А) силовая нагрузка;
- Б) аэробная фаза;
- В) заключительная;
- Г) разминка.

9. Что такое «велнес»?

- А) фитнес, основанный на велоспорте;
- Б) концепция здорового образа жизни;
- В) система здорового образа жизни, основанная на правилах Элли Вел;
- Г) американский вариант «йоги», основанный Вэлом Тобингтоном.

10. Где зародился фитнес?

- А) Германия;
- Б) США;
- В) Канада;
- Г) Япония;

11. К какой функциональной направленности относится Пилатес?

- А) аэробная;
- Б) силовая;

В) функциональная;

Г) разумное тело.

12. К какой оздоровительной системе относится шейпинг?

А) традиционные народные оздоровительные системы;

Б) комплексные методики оздоровления;

В) авторские методики выздоровления;

Г) современные научно обоснованные системы.

13. Чем вреден бодифлекс?

А) программа может оказывать большую нагрузку на сердечно-сосудистую систему;

Б) требуется длительная задержка дыхания;

В) интенсивная нагрузка на опорно-двигательный аппарат;

Г) вызывает нарушение пространственного восприятия.

14. Для кого предназначена калланетика?

А) пожилые;

Б) женщины;

В) дети;

Г) мужчины.

15. Что такое гидроаэробика?

А) комплекс упражнений и поз, направленных на развитие дыхания;

Б) оздоровительная система с специальной системой дыхания;

В) нетрадиционный вид ритмической гимнастики;

Г) то же самое, что и гидрополо.

ТЕСТ 4

Тест может содержать один или несколько правильных ответов

1. Гимнастика, проводимая до основных занятий, называется:

А) вводная;

Б) зарядка;

В) разминка;

Г) настройка.

2. Работоспособность в начале учебного дня бывает:

А) пониженнной;

Б) начальной;

В) повышенной;

Г) вводной;

3. Вводная гимнастика имеет большое значение:

А) воспитательное;

Б) гигиеническое;

В) воспитательное;

Г) образовательное.

4. Общее руководство гимнастикой до уроков возлагается на:

А) учителя школы;

Б) директора школы;

В) завуча школы;

Г) классного руководителя.

5. Вводная гимнастика выполняется для непосредственной подготовки к выполнению учебной или профессиональной деятельности перед ее началом, как правило:

А) своего рабочего места;

Б) в спортивном зале;

В) в школьном коридоре;

Г) на улице.

6. Основная направленность вводной гимнастики - подготовка ведущих функциональных систем организма к особенностям:

А) предстоящей работы;

Б) психофизическое врабатывание;

В) возрастных изменений;

Г) учебной нагрузки.

7. Вводная гимнастика в начальной школе проводится за _____ минут до начала первого урока.

- А) за 2 – 3;
- Б) за 5 – 7;
- В) за 10 – 15;
- Г) за 15 – 20.

8. В комплекс гимнастики должны входить упражнения при условии выполнения следующих методических рекомендаций:

- А) упражнения должны быть знакомы ученикам и составлять простейшие сочетания движений;
- Б) быть динамичными, охватывать большие мышечные группы;
- В) выполняться точно и согласованно;
- Г) каждый раз меняться.

9. Первое упражнение вводной гимнастики, как правило, это - _____:

- А) потягивания;
- Б) прыжки на месте;
- В) махи руками;
- Г) наклоны вперед.

10. Какими периодами характеризуется изменение работоспособности:

- А) врабатывание;
- Б) разминка;
- В) стабилизации;
- Г) компенсации.

11. От каких факторов зависит динамика работоспособности:

- А) состояния систем организма;
- Б) гигиенических условий;
- В) направленного использования физической культуры;
- Г) времени года.

12. Физкультурная минутка проводится:

- А) перед началом уроков;
- Б) на перемене;
- В) во второй половине урока;
- Г) в любое время урока.

13. Упражнения физкультурной минутки должны включать упражнения на:

- А) потягивание;
- Б) выпрямление;
- В) силовую выносливость;
- Г) гибкость.

14. Комплексы упражнений, подобранные для физкультурной минутки должны включать в себя двигательные действия:

- А) отличающиеся от движений, выполняемых на уроке;
- Б) повторять движения, выполняемые на уроке;
- В) иметь спортивную направленность;
- Г) плавные, умеренной интенсивности.

15. Физкультурные паузы должны проводиться с учащимися в течение

10-15 мин через каждые _____ мин учебной работы:

- А) 15 – 20;
- Б) 35 – 45;
- В) 40 – 60;
- Г) 50 – 70.

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определения следующих понятий: фитнес, технологии и фитнес-программы. Перечислите, какие части (компоненты) выделяют в структуре фитнес-программ.

2 Назовите направления, на которые условно можно разделить все виды групповых тренировок. Перечислите виды их проведения.

- 3 Назовите, какие бывают групповые тренировки. Охарактеризуйте их отличия.
- 4 Какое существует фитнес оборудование? Охарактеризуйте его, приведите примеры упражнений.
- 5 Назовите приемы повышения самоорганизации. Перечислите основные функции инструктора по фитнесу.
- 6 Дайте определение понятию «здоровье» и обоснуйте его.
- 7 Какие три составляющие лежат в основе оздоровительной системы Амосова?
- 8 Охарактеризуйте методики, оценивающие степень тренированности человека.
- 9 Какие изменения в организме вызывает комплекс упражнений, предложенный Амосовым?
- 10 На чем основана методика аэробного оздоровления К. Купера?
- 11 Охарактеризуйте содержание занятия аэробными упражнениями Купера.
- 12 Перечислите важные моменты сохранения здорового долголетия по Микулину.
- 13 Что входит в систему правильного питания в системе оздоровления Микулина?
- 14 Назовите правила выполнения дыхательных упражнений по Микулину.
- 15 Что является отличительными особенностями восточных оздоровительных систем?
- 16 Назовите характерные особенности индийской, китайской, тибетской систем оздоровления.
- 17 Перечислите основные положения системы здоровья К. Ниши.
- 18 На что направлены 5 упражнений тибетской гимнастики «Око возрождения»?
- 19 Что лежит в основе методики оздоровления и омоложения организма доктора Норбекова? Перечислите 10 методов оздоровления организма.
- 20 Дайте определение понятию «дыхание». Почему нужно дышать через нос?
- 21 Опишите грудное и диафрагмальное дыхание. Перечислите преимущества диафрагмального дыхания перед грудным.
- 22 Назовите общие советы для изучения дыхательных упражнений. Какой ритм дыхания является наилучшим?
- 23 Перечислите принципы, по которым работают дыхательные гимнастики. Опишите механизм действия восточных дыхательных гимнастик.
- 24 Сравните принципы выполнения упражнений и методику дыхания А. Н. Стрельниковой, бодифлекс, гипервентиляционные техники тренировки дыхания.
- 25 Чему способствует волевая ликвидация глубокого дыхания (ВЛГД) по методике Бутейко и аппаратные методы дыхательной гимнастики? Назовите показания и противопоказания к занятиям.
- 26 В чем смысл систем трехфазного дыхания и рыдающего дыхания Ю. Вилунаса?
- Практические задания**
- 1 Составьте и проведите комплекс фитбол-гимнастики для студентов.
- 2 Подготовьте лекцию-презентацию по одной из оздоровительных систем и проведите ее в своей группе.

3 Составить комплекс упражнений для развития силовых способностей методом круговой тренировки

Тема 8 Методологическое обеспечение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Практические задания

- 1.Разработка показателей и критериев оценки видов деятельности на занятиях физической культуры
- 2.Составление карты эффективности проведения занятия
- 3.Характеристика требований к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию
- 4.Разработка методических материалов по организации и проведению оздоровительной тренировки с учетом передового педагогического опыта
- 5.Разработка методических материалов по организации и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом передового педагогического опыта
- 6.Разработка методических материалов по организации и проведению спортивно-массовых мероприятий с учетом передового педагогического опыта
- 7.Разработка рекомендаций по выполнению упражнений
- 8.Разработка рекомендаций по выполнению практической работы
- 9.Разработка рекомендаций по выполнению самостоятельной внеаудиторной работы
10. Разработайте план-конспект физкультурно-оздоровительного занятия для детей дошкольного возраста (возраст по выбору) по следующему плану:
 - Тема занятия:
 - Задачи:
 - Место проведения занятия
 - Дата проведения занятия
 - Инвентарь и оборудования
 - Содержание Дозировка,
 - подходы
 - Организационно-методические
 - указания
 - Вводная часть (5 мин)
 - Основная часть (16 мин.)
 - Заключительная часть (4 мин.)
11. Разработайте технологическую карту физкультурно-оздоровительного занятия по плану:
 - Тема занятия и место в теме, разделе
 - Место проведения занятия
 - Структура и содержание физкультурно-оздоровительного занятия
 - Планируемые результаты
 - Критерии оценки
12. Разработайте Положение о проведении спортивно-оздоровительного мероприятия для определенной группы населения (по выбору):
 - Цели и задачи
 - Сроки и место проведения

- Руководство проведением
- Участники
- Программа
- Обеспечение безопасности участников и зрителей
- Подведение итогов
- Финансирование
- Награждение
- Заявки

13. Разработайте план-сценарий проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия:

- Тема
- Цель
- Форма проведения
- Место и время проведения
- Участники
- Инвентарь
- Сценарный план:

14. Разработайте план-конспект тренировочного занятия по виду спорта в группе начальной подготовки:

- Спортивная специализация
- Задачи:
- Дата и место проведения
- Части занятия и их продолжительность
- Содержание занятия
- Дозировка
- Методические указания

15. Представьте комплексный педагогический анализ учебно-тренировочного занятия по следующему плану:

- место и задачи в системе годичного цикла,
- Организация учебно-тренировочного занятия:
- тип занятия, подготовка группы к нему;
- Структура построения занятия, рациональность подбора упражнений для решения задач в каждой части занятия;
- соответствие объема и интенсивности нагрузки специальной подготовленности занимающихся и задачам учебно-тренировочного занятия;
- общая моторная плотность занятия;
- использование и оптимальность сочетания методов организации тренировки;
- Содержание учебно-тренировочного занятия:
- Методика проведения учебно-тренировочного занятия
- Личностные качества тренера-преподавателя
- Уровень специальной подготовленности занимающихся (тестирование)
- Выводы и практические рекомендации

16. Разработайте план-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом раздела ООП для обучающихся школьного возраста (9-11 класс)

- Раздел:
- Класс:
- Цель:

- Задачи:
- Образовательные:
- Оздоровительная:
- Воспитательные:
- Инвентарь и оборудование:
- Конспект составил (Ф.И.О.):
- Ход фрагмента
- Содержание фрагмента основной части учебного занятия
- Дозировка
- Организационно-методические указания

Тема 9. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.

Вопросы для устного (письменного) опроса

1. Понятие о социально-биологических основах физической культуры.
2. Саморегуляция и самосовершенствование организма в процессе его развития.
3. Общее представление о строении тела человека.
4. Понятие об органах и физиологических системах организма человека.
5. Строение и функции опорно-двигательного аппарата.
6. Нервная и гуморальная регуляция физиологических процессов в организме. Понятие о рефлекторной дуге.
7. Физиологическая характеристика утомления и восстановления.
8. Внешняя среда. Природные, биологические и социальные факторы. Экологические проблемы современности.
9. Физиологическая классификация физических упражнений.
10. Показатели тренированности в покое.
11. Показатели тренированности при выполнении стандартных нагрузок.
12. Показатели тренированности при предельно напряженной работе.
13. Представление об обмене белков и его роль в мышечной деятельности.
14. Представление об обмене углеводов при физических нагрузках.
15. Представление о водном обмене в процессе мышечной работы.
16. Обмен минеральных веществ и физическая нагрузка.
17. Витамины и их роль в обмене веществ.
18. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
19. Понятия об основном и рабочем обмене.
20. Регуляция обмена веществ.
21. Кровь. Ее состав и функции.
22. Система кровообращения. Ее основные составляющие.
23. Сердце как главный орган кровеносной системы (строение и функции).
24. Представление о сердечно-сосудистой системе.
25. Характеристика изменений пульса и кровяного давления при мышечной деятельности.
26. Присасывающее действие в кровообращении и мышечный насос.
27. Механизм проявления гравитационного шока.
28. Показатели деятельности дыхательной системы.
29. Кислородный запрос, максимальное его потребление и кислородный долг.

30. Характеристика гипоксических состояний.
31. Внешнее и внутреннее дыхание.
32. Двигательная активность и железы внутренней секреции.
33. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
34. Виды диагностики, ее цели и задачи.
35. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физической культурой и спортом, его содержание и периодичность.
36. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития и физической подготовленности.
37. Педагогический контроль, его содержание и виды.
38. Врачебно-педагогический контроль, его содержание.
39. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования.
40. Дневник самоконтроля.
41. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
42. Определение нагрузки по показаниям пульса, жизненной емкости легких и частоте дыхания.
43. Оценка тяжести нагрузки при занятии физическими упражнениями по изменению массы тела и динамометрии (ручной и становой).
44. Оценка функциональной подготовленности по задержке дыхания на вдохе и выдохе.
45. Методика оценки состояния центральной нервной системы по пульсу и кожно-сосудистой реакции.
46. Оценка физической работоспособности по результатам 12-минутного теста в беге и плавании.
47. Методика оценки быстроты и гибкости.
48. Оценка тяжести нагрузки по субъективным показателям.
49. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам контроля.

Критерии оценки

Критерии оценки качества написания конспектов лекций:

Оценка «отлично» - конспект содержит все необходимые темы и понятия, ясно и полно описывает материал, приводит примеры и иллюстрации, конспект имеет понятную структуру, разделы логически связаны между собой, присутствуют заголовки, подзаголовки, конспект без ошибок, грамотно составлен, соблюдена логика и подходящий стиль изложения, конспект уникален, содержит оригинальные и новые идеи, подходы или решения, не повторяет уже имеющиеся материалы.

Оценка «хорошо» - конспект связан с темой, содержит основные аспекты материала, но не достаточно полно разработан, конспект имеет некоторую структуру, но не все разделы ясно выделены, присутствуют неоднозначные переходы или несвязанное изложение, конспект содержит минимальное количество ошибок, структура и стиль изложения удовлетворительны, конспект содержит некоторые уникальные элементы, но в основном основан на известных источниках.

Оценка «удовлетворительно» - конспект содержит общие аспекты материала, но не все темы были охвачены, требуется дополнительное изучение, конспект имеет общую структуру, но ее не хватает для полного понимания материала, требует уточнения и дополнения, конспект содержит большое количество ошибок, требуется правка и заново подготовить материал, конспект не содержит новизны или оригинальности, требуется дополнительная работа над уникальным контентом.

Оценка «неудовлетворительно» - конспект не соответствует требованиям, многие аспекты материала были упущены или неправильно поняты, конспект не имеет структуры и явно отстает от требований, нет ясности в изложении, конспект составлен с грубыми ошибками и непонятным стилем, не соответствует академическим стандартам, конспект является копией уже существующих материалов, не содержит личного вклада и творческих находок

Критерии оценки устного ответа

Отлично: Ответ полностью соответствует поставленному вопросу, содержит уместные аргументы, логично структурирован, грамотно и четко сформулирован.

Хорошо: Ответ содержит релевантную информацию, хорошо аргументирован, имеет логическую последовательность, но может содержать небольшие недочеты в выражении.

Удовлетворительно: Ответ частично соответствует поставленному вопросу, содержит некоторые аргументы, но может быть несколько размытым или нечетким.

Неудовлетворительно: Ответ не соответствует поставленному вопросу, содержит неуместные или некорректные аргументы, недостаточно аргументирован или совсем неструктурирован.

Критерии оценки тестов:

Студенту выставляются следующие оценки:

- менее 60% правильных ответов – неудовлетворительно;
- 60 – 70% правильных ответов – удовлетворительно;
- 70 – 90% правильных ответов – хорошо;
- 90 – 100% правильных ответов – отлично.

Критерии оценки выступления с презентацией

Оценка «отлично» - учебный материал освоен студентом в полном объеме, легко ориентируется в материале, полно и аргументировано отвечает на дополнительные вопросы, излагает материал логически последовательно, делает самостоятельные выводы, умозаключения, демонстрирует кругозор, использует материал из дополнительных источников, интернет ресурсы. Сообщение носит исследовательский характер. Речь характеризуется эмоциональной выразительностью, четкой дикцией, стилистической и орфоэпической грамотностью. Использует наглядный материал (презентация).

Оценка «хорошо» - по своим характеристикам сообщение студента соответствует характеристикам отличного ответа, но студент может испытывать некоторые затруднения в ответах на дополнительные вопросы, допускать некоторые погрешности в речи. Отсутствует исследовательский компонент в сообщении.

Оценка «удовлетворительно» - студент испытывал трудности в подборе материала, его структурировании. Пользовался, в основном, учебной литературой, не использовал дополнительные источники информации. Не может ответить на дополнительные вопросы по теме сообщения. Материал излагает не последовательно, не устанавливает логические связи, затрудняется в формулировке выводов. Допускает стилистические и орфоэпические ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» - сообщение студентом не подготовлено либо подготовлено по одному источнику информации либо не соответствует теме.

Критерии оценки устного, письменного опросов

«Отлично» ставится, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об объекте изучения, доказательно раскрыты основные положения (свободно оперирует понятиями, терминами, категориями и др.); в ответе отслеживается четкая структура, выстроенная в логической последовательности; ответ изложен научным грамотным языком; на возникшие вопросы преподавателя студент давал четкие, конкретные ответы, показывая умение выделять существенные и несущественные моменты материала.

«Хорошо» ставится, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные моменты материала; ответ

четко структурирован, выстроен в логической последовательности, изложен литературным грамотным языком; однако были допущены неточности в определении понятий, персоналий, терминов, дат и др.

«**Удовлетворительно**» ставится, если дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют некоторые нарушения, допущены несущественные ошибки в изложении теоретического материала и употреблении терминов, персоналий; в ответе не присутствуют доказательные выводы; сформированность умений показана слабо, речь неграмотная.

«**Неудовлетворительно**» ставится, если дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (фактах, понятиях, категориях); в ответе отсутствуют выводы, сформированность умений не показана, речь неграмотная.

4.2. Контрольные задания для промежуточной аттестации

Вопросы на экзамен:

1. Специфические особенности и приоритеты в развитии массового физкультурно спортивного движения.
2. Организация управления физической культурой и спортом на федеральном уровне.
3. Тенденции развития физической культуры и спорта в регионах
4. Возрастные особенности детей дошкольного возраста для проведения оздоровительной работы.
5. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
6. Специфика организации активного отдыха дошкольников.
7. Возрастные особенности детей школьного возраста для проведения оздоровительной работы.
8. Специфика физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня школы.
9. Организация внеурочных форм занятий физической культурой с учащимися общеобразовательных школ
10. Возрастные особенности лиц юношеского возраста для проведения оздоровительной работы.
11. Методические основы физического воспитания учащейся молодёжи.
12. Особенности организации занятий физической культурой студентов в учебных заведениях
13. Возрастные особенности людей зрелого возраста для проведения оздоровительной работы.
14. Направленность оздоровительно-рекреативной физической культуры лиц зрелого возраста.
15. Организация физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого возраста
16. Содержание и организация физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления.
17. Организация спортивно-массовых мероприятий с населением по месту жительства
18. Организационные основы физкультурно-спортивного клуба по месту жительства.
19. Специфика работы с детьми, подростками и молодёжью в клубах по месту жительства.
20. Организация оздоровительной работы на производстве.
21. Особенности физической культуры непосредственно в рамках трудового процесса.
22. Физическая культура вне рамок трудовой деятельности

23. Возрастные особенности людей пожилого возраста для проведения оздоровительной работы.
24. Содержание занятий оздоровительно-рекреативной физической культурой с лицами пожилого возраста.
25. Методические особенности занятий физической культурой с пожилыми людьми.

Критерии оценки знаний на экзамене:

Оценки «отлично» заслуживает ответ, содержащий:

- глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретной дисциплины, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой;
- отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области;
- знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой;

Оценки «хорошо» заслуживает ответ, содержащий:

- знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса;
- умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем программы;
- в целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает ответ, содержащий:

- фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса;
- затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины;
- частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий;

Оценка «неудовлетворительно» ставится при:

- незнании либо отрывочном представлении учебно-программного материала;
- неумении выполнять предусмотренные программой задания.

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
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта

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

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной практике

по профессиональному модулю
ПМ.02 Методическое обеспечение организации физкультурной и
спортивной деятельности

Составитель	Морозова О.В., доцент, к.п.н., доцент кафедры ОТФКиС
Наименование специальности	49.02.01 Физическая культура
Квалификация выпускника	педагог по физической культуре и спорту
Форма обучения	очная
Год приема (курс)	2026 (3 курс)

Астрахань, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. Общие положения**
- 2. Результаты освоения учебной практики, подлежащие проверке**
- 3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**
- 4. Контрольные задания для проверки результатов освоения учебной практики**

1. Общие положения

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) предназначен для контроля и оценки результатов освоения обучающимися учебной практики по профессиональному модулю ПМ 2 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

ФОС включают контрольные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, разработанные в соответствии с требованиями ФГОС СПО и содержанием рабочей программы практики.

2. Результаты освоения учебной практики, подлежащие проверке

Соответствие изучаемых разделов, результатов обучения и оценочных средств

№	Контролируемые разделы (этапы) практики	Код контролируемой компетенции(ий)	Наименование оценочного средства
1	Подготовительный этап Ознакомление со структурой работы базы практики и правилами внутреннего распорядка, документацией, материально-техническим оснащением, библиотечным фондом.	ПК 2.2.	Экспертное наблюдение и оценка деятельности студента в процессе освоения образовательной программы на учебной практике.
2	Практический этап Выполнение заданий по практике	ПК 2.1, ПК 2.2,	Дневник учебной практики Отчет о производственной практике.
3	Отчетный этап Оформление дневника, отчета о практике	ПК 2.3, ПК 2.4	Зачет по производственной практике.

3. Описание показателей и критерия оценивания компетенций, описание шкал оценивания

По результатам прохождения учебной практики обучающимся заполняются и предоставляются дневник и отчет о учебной практике.

Студенты во время практики ведут дневник, отражающий основные виды работы согласно принятому перечню умений и навыков и закрепляют алгоритмами выполнения умений, вынесенных на практику.

План прохождения практики

№ п/п	Содержание работы	Сроки выполнения	Форма отчётности	Отметка руководителя от организации о выполнении
1.	Оформление документов по прохождению практики		Индивидуальное задание на практику, договор, приказ о направлении на практику, предписание	
2.	Организационное собрание (установочная конференция)		Роспись в журнале инструктажа по охране труда и противопожарной безопасности	

	Проведение вводного инструктажа по охране труда и противопожарной безопасности			
3	Изучить программу и учебно-методические материалы, обеспечивающих реализацию программ среднего общего образования в области физической и спортивной деятельности		Анализ учебно-методических комплектов, вариативных (авторских) программ	
4	Разработать методические материалы для реализации программ физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе.		Комплексы физкульт.минуток для начальной школы, Картотека подвижных игр для перемены и для групп продленного дня.	
5	Разработать методические материалы для реализации программ спортивно-массовых мероприятий в школе		Положение «Веселые старты» для школьников (младший, средний возраст) Положение о соревновании для старшеклассников.	
7.	Разработка вопросов для викторины о ЗОЖ и Физической культуре		Вопросы викторины для школьников (младший, средний, старший возраст)	
8.	Итоговая отчётная конференция		Отчеты. Ведомость	

ОТЧЕТ ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ

по профессиональному модулю

ПМ 2 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

Специальность 49.02.01 Физическая культура

ФИО обучающегося _____ Группа _____

Проходившего производственную практику с 00.00.0000 г. по 00.00.0000 г.

На базе _____

За время прохождения производственной практики мной выполнены следующие объемы работ: *перечислить все выполненные задания*

Студент _____ подпись.

Руководитель практики от Школы спорта : _____ ФИО, подпись.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ

по профессиональному модулю ПМ 2 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

Специальность 49.02.01 Физическая культура

ФИО обучающегося _____ Группа _____

Проходившего производственную практику с 00.00.0000 г. по 00.00.0000 г.

На базе _____

За время прохождения практики зарекомендовал (а) себя:

-Теоретическая подготовка, умение применять теорию на практике_

-Дисциплина и прилежание

-Внешний вид _____

- Приобрел (а) практический опыт: _____

Освоил (а) профессиональные компетенции ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4

Выводы, рекомендации: _____

Практику прошел (прошла) с оценкой _____

Руководитель практики от Школы спорта: _____

Критерии оценки

«Отлично». Студент на высоком уровне выполнил все задания по программе практики, проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин, правильно определял и эффективно решал цели и задачи внеклассных мероприятий, проявил творческие способности, своевременно и качественно оформил отчётную документацию, а также выполнил некоторые виды дополнительных работ.

«Хорошо». Студент выполнил в основном программу производственной практики, проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин, определял основные задачи по организации физкультурно-оздоровительных мероприятий и находил способы их решения, проявил инициативу, но в проведении отдельных видов работ допустил незначительные ошибки.

«Удовлетворительно». Студент выполнил в основном программу производственной практики, однако не показал глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел умением их применять, допускал ошибки в планировании и проведении отдельных видов работ, не проявил инициативы в работе.

«Неудовлетворительно». Студент не выполнил основных заданий по производственной практике, имел слабые теоретические знания, не обнаружил сформированных базовых профессиональных умений и не осознаёт необходимости в их формировании, пропустил практику без уважительной причины (более 50% рабочих дней), не справился с программой практики, нарушил нормы и требования, предъявляемые к работе студента-практиканта в образовательном учреждении.

4. Контрольные задания для оценки результатов освоения учебной практики

4.1. Виды контрольных заданий по учебной практике:

-Анализ программ и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию программ среднего общего образования в области физической и спортивной деятельности.

-Анализ методических материалов, обеспечивающих реализацию физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе.

-Анализ методических материалов, обеспечивающих реализацию спортивно-массовых мероприятий в школе.

-Разработка методических материалов для реализации программ физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе.

-Разработка методических материалов для реализации программ спортивно-массовых мероприятий в школе.

-Изучение и анализ передового опыта физкультурно – оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе.

-Анализ учебно-методических комплектов, вариативных (авторских) программ.

4.2. Требования к дифференциированному зачету по учебной практике

Дифференцированный зачет по учебной практике выставляется на основании данных аттестационного листа (характеристики профессиональной деятельности обучающегося на практике) с указанием видов работ, выполненных обучающимся во время практики, их объема, качества выполнения в соответствии с технологией и (или) требованиями организации, в которой проходила практика.

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
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта

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

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по производственной практике

по профессиональному модулю
ПМ.02 Методическое обеспечение организации физкультурной и
спортивной деятельности

Составитель	Морозова О.В., доцент, к.п.н., доцент кафедры ОТФКиС
Наименование специальности	49.02.01 Физическая культура
Квалификация выпускника	педагог по физической культуре и спорту
Форма обучения	очная
Год приема (курс)	2026 (4 курс)

Астрахань, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. Общие положения**
- 2. Результаты освоения производной практики, подлежащие проверке**
- 3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**
- 4. Контрольные задания для проверки результатов освоения производной практики**

1.Общие положения

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) предназначен для контроля и оценки результатов освоения обучающимися производственной практики по профессиональному модулю ПМ 2 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.

ФОС включают контрольные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, разработанные в соответствии с требованиями ФГОС СПО и содержанием рабочей программы практики.

2.Результаты освоения производственной практики, подлежащие проверке

Соответствие изучаемых разделов, результатов обучения и оценочных средств

№	Контролируемые разделы (этапы) практики	Код контролируемой компетенции(ий)	Наименование оценочного средства
1	Подготовительный этап Ознакомление со структурой работы СШ, и правилами внутреннего распорядка, документацией, материально-техническим оснащением, библиотечным фондом.	ПК 2.2.	Экспертное наблюдение и оценка деятельности студента в процессе освоения образовательной программы на производственной практике.
2	Практический этап Выполнение заданий по практике	ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4	Дневник производственной практики Отчет о производственной практике.
3	Отчетный этап Оформление дневника, отчета о практике	ПК 2.3	Зачет по производственной практике.

3. Описание показателей и критерия оценивания компетенций, описание шкал оценивания

По результатам прохождения производственной практики обучающимся заполняются и предъявляются дневник и отчет о производственной практике.

Студенты во время практики ведут дневник установленного образца, отражающий основные виды работы согласно принятому перечню умений и навыков и закрепляют алгоритмами выполнения умений, вынесенных на практику.

План прохождения практики (7 семестр)

№ п/п	Содержание работы	Сроки выполнения	Форма отчётности	Отметка руководителя от организации о выполнении
1.	Оформление документов по прохождению практики		Индивидуальное задание на практику, договор, приказ о направлении на практику, предписание	
2.	Организационное собрание (установочная конференция) Проведение вводного инструктажа по охране труда и противопожарной безопасности		Роспись в журнале инструктажа по охране труда и противопожарной безопасности	

3	Изучить рабочую программу тренировок в ИВС и план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с возрастной группой		Запись в дневнике, План годового цикла тренировочных занятий на начальном этапе подготовки в ИВС.	
4	Посетить учебно-тренировочные занятия. Изучить и проанализировать профессиональную литературу, статьи по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки.		План график тренировочного процесса в ИВС на период практики	
5.	Итоговая отчётная конференция		Отчеты. доклад	

План прохождения практики (8 семестр)

№ п/п	Содержание работы	Сроки выполнения	Форма отчётности	Отметка руководителя от организации о выполнении
1.	Оформление документов по прохождению практики		Индивидуальное задание на практику, договор, приказ о направлении на практику, предписание	
2.	Организационное собрание (установочная конференция) Проведение вводного инструктажа по охране труда и противопожарной безопасности		Роспись в журнале инструктажа по охране труда и противопожарной безопасности	
4	Изучить и проанализировать профессиональную литературу, статьи по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки.		Картотека педагогической и методической литературы современных литературных источников по актуальным вопросам оздоровительной тренировки.	
5	Разработка проекта развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости) для группы начальной подготовки в избранном виде спорта		Проект развития физических качеств в ИВС	

6	Разработать и провести интерактивный мастер- класс «Научи тому, что умеешь сам» организаций различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с избранным видом спорта или с различными возрастными группами населения.		Программа- план мероприятия	
7	Разработать физкультурно-оздоровительное мероприятие		Сценарий мероприятия	
8.	Итоговая отчётная конференция		Отчеты. доклад	

ОТЧЕТ ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ
по профессиональному модулю
ПМ 2 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

Специальность 49.02.01 Физическая культура

ФИО обучающегося _____ Группа _____

Проходившего производственную практику с 00.00.0000 г. по 00.00.0000 г.

На базе СШ _____

За время прохождения производственной практики мной выполнены следующие объемы работ: *перечислить все выполненные задания*

Студент _____ подпись.

Руководитель практики от СШ : _____ ФИО, подпись.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ

по профессиональному модулю ПМ 2 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

Специальность 49.02.01 Физическая культура

ФИО обучающегося _____ Группа _____

Проходившего производственную практику с 00.00.0000 г. по 00.00.0000 г.

На базе СШ _____

За время прохождения практики зарекомендовал (а) себя:

-Теоретическая подготовка, умение применять теорию на практике _____

-Дисциплина и прилежание

-Внешний вид _____

- Приобрел (а) практический опыт: _____

Освоил (а) профессиональные компетенции ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4

Выводы, рекомендации: _____

Практику прошел (прошла) с оценкой _____

Руководитель практики от СШ: _____

Критерии оценки

«Отлично». Студент на высоком уровне выполнил все задания по программе практики, проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин, правильно определял и эффективно решал цели и задачи внеклассных мероприятий, проявил творческие способности, своевременно и качественно оформил отчётную документацию, а также выполнил некоторые виды дополнительных работ.

«Хорошо». Студент выполнил в основном программу производственной практики, проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин, определял основные задачи по организации физкультурно-оздоровительных мероприятий и находил способы их решения, проявил инициативу, но в проведении отдельных видов работ допустил незначительные ошибки.

«Удовлетворительно». Студент выполнил в основном программу производственной практики, однако не показал глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел умением их применять, допускал ошибки в планировании и проведении отдельных видов работ, не проявил инициативы в работе.

«Неудовлетворительно». Студент не выполнил основных заданий по производственной практике, имел слабые теоретические знания, не обнаружил сформированных базовых профессиональных умений и не осознаёт необходимости в их формировании, пропустил практику без уважительной причины (более 50% рабочих дней), не справился с программой практики, нарушал нормы и требования, предъявляемые к работе студента-практиканта в образовательном учреждении.

4. Контрольные задания для оценки результатов освоения производственной практики

4.1. Виды контрольных заданий по производственной практике:

7 семестр

- Проанализировать рабочую программу тренировок в ИВС и план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с возрастной группой.
- Разработать предложения по их совершенствованию на основе макетов, образцов, требований.
- Разработать комплекс упражнений, направленных на формирование двигательного действия и совершенствование его техники выполнения в ИВС
- Разработать годовой цикла тренировочных занятий на начальном этапе подготовки в ИВС.
- Разработать график тренировочного процесса в ИВС
- Разработать план: месячный групповой тренировки (на примере ИВС);
- Изучить и проанализировать профессиональную литературу, статьи по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки

8 семестр

Проанализировать план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами.

- Разработка проекта развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости) для группы начальной подготовки в избранном виде спорта.
- Планирование и проведение учебно-тренировочных занятий с использованием современных оздоровительных технологий.
- Разработать и провести интерактивный мастер- класс «Научи тому, что умеешь сам» организации различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с избранным видом спорта или с различными возрастными группами населения.
- Разработать физкультурно-оздоровительное мероприятие с различными возрастными группами населения.
- Составление картотеки педагогической и методической литературы современных литературных источников по актуальным вопросам оздоровительной тренировки.
- Оформить портфолио педагогических достижений

4.2. Требования к дифференциированному зачету по производственной практике

Дифференцированный зачет по производственной практике выставляется на основании данных аттестационного листа (характеристики профессиональной деятельности обучающегося на практике) с указанием видов работ, выполненных обучающимся во время практики, их объема, качества выполнения в соответствии с технологией и (или) требованиями организации, в которой проходила практика.