

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФИЛИАЛ КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА
В Г. СЛАВЯНСКЕ-НА-КУБАНИ**

Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

А. С. СОКОЛОВ

ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

**Методические материалы к изучению дисциплины и организации
самостоятельной работы для студентов 1-го курса
бакалавриата, обучающихся по направлению подготовки 44.03.01
Педагогическое образование
профиль подготовки Физическая культура
очной и заочной форм обучения**

Славянск-на-Кубани
Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани
2018

ББК 75
П 372

Рекомендовано к печати кафедрой профессиональной педагогики, психологии и физической культуры филиала Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани Протокол № 2 от 20 февраля 2018 г.

Рецензент:

Кандидат педагогических наук, доцент

Н. П. Шарыпов

П 372 **Планирование и контроль в физической культуре и спорте:**
методические материалы к изучению дисциплины и организации самостоятельной работы для студентов 1-го курса бакалавриата очной и заочной формы обучения по направлению 44.03.01 Педагогическое образование (профиль подготовки – Физическая культура), / сост. А. С. Соколов. – Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та, в г. Славянск-на-Кубани, 2018. – 48 с.
1 экз.

Методические материалы составлены в соответствии с ФГОС высшего образования, учебным планом и учебной программой курса, содержат материалы к организации процессов освоения дисциплины, к изучению теоретической и практической части, а также по подготовке к зачету.

Методические материалы адресованы студентам 1-го курса бакалавриата очной и заочной формы обучения по направлению 44.03.01 Педагогическое образование (профиль подготовки – Физическая культура).

Электронная версия издания размещена в электронной информационно-образовательной среде филиала и доступна обучающимся из любой точки доступа к [информационно-коммуникационной сети «Интернет»](#).

ББК 75

© Филиал Кубанского государственного университета
в г. Славянске-на-Кубани, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1 Цели и задачи изучения дисциплины.....	4
1.1 Цель освоения дисциплины.....	4
1.2 Задачи дисциплины.....	4
1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	5
2. Содержание разделов дисциплины.....	5
2.1 Содержание лекционного типа.....	5
2.2 Содержание семинарского типа.....	7
2.3 Лабораторные занятия.....	11
2.4 Примерная тематика курсовых работ.....	11
3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	11
4. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.....	13
4.1 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля.....	13
5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	44
5.1 Основная литература.....	44
5.2 Дополнительная литература.....	45
5.3 Периодические издания.....	45
6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.....	46
7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины.....	47

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

Дисциплина «Планирование и контроль в физической культуре и спорте» относится к вариативной части профессионального цикла. Изучение направлено на формирование у обучающихся компетенций: ПК–11 – готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования.

1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Планирование и контроль в физической культуре и спорте» направлена на формирование у обучающихся следующих компетенций: ПК–11 – готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования.

1. Углубить основные знания разделов научной дисциплины «Планирования и контроля физической культуры и спорта», обеспечив теоретическую и методическую подготовку выпускника к решению разнообразных проблем возникающих в области физического воспитания на современном этапе развития общества, а также подготовки к сдаче государственных экзаменов.

2. Поднять уровень качества знаний разделов учебной дисциплины «Планирование и контроль в физической культуре и спорте» по решению современных проблем организации системы эффективного планирования, контроля и анализа занятий, направленных на физическое развитие, физического совершенствование различного контингента занимающихся физической культурой и спортом.

3. Дать углублённые представления о методах и принципах планирования (моделирования) и контроля процесса физической подготовки физкультурников и спортсменов в применении систем физических упражнений

4. Усовершенствовать навыки экспериментального определения контроля изменения в состоянии занимающихся под воздействием физических нагрузок.

5. Сформировать профессиональное мышление для контроля и анализа физических данных для коррекции планирования физических нагрузок занимающихся физическими упражнениями.

6. Сформировать навыки выносить аргументированные суждения по вопросам анализа и выработки управленческих решений в обработке полученные результатов с целью организации контроля и управления учебным и учебно-тренировочным процессом.

7. Содействовать самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых общепрофессиональных компетенций умения использовать на практике базовые знания и методы планирования, контроля и учёта двигательных деятельности в физической культуре и спорте.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Планирование и контроль в физической культуре и спорте» относится к вариативной части профессионального цикла. Является одной из основных профилирующих дисциплин в системе профессиональной подготовки бакалавров с высшим физкультурным образованием, закрепляющей и расширяющей систему знаний «Планирования и контроля физической культуры и спорта». Обучающиеся используют

интегрирующие знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин: «Анатомия», «Физиология», «Биомеханика», «Базовые физкультурно-спортивные виды», «Педагогического физкультурно-спортивное совершенствование», «Спортивная метрология», «Спортивная медицина», «Лечебной физкультуры», «Теории и методики физической культуры и спорта», «Современные средства оценивания результатов обучения», «Основы математической обработки информации», «Прикладная информатика / Информатика», «Управление педагогическими системами», «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте» в сущности предметного содержания планирования физического воспитания различных контингентов населения.

Освоение данной дисциплины является основой для прохождения педагогической практики.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

№	Индекс	Содержание компетенций	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ПК–11	Готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования	основные теоретические положения биомеханики как научной дисциплины; направления развития биомеханики как науки.	определять параметры устойчивости: момент и угол устойчивости, момент опрокидывания. определять длительность выполнения каждой фазы, темп и ритм движения, величину усилий, моменты, энергии.	средствами, методами и организационными формами проведения биомеханических исследований в сфере физической культуры и спорта;

2. Содержание разделов дисциплины

2.1 Содержание лекционного типа

8 семестр

№	Тема	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Основы планирование	Введение – планирование в педагогической деятельности специалистов.	У,П

	процесса физического воспитания	Общие требования, предъявляемые к планированию. Исходные данные и направления планирования процесса физического воспитания.	
2.	Формы планирования физического воспитания	Виды, формы и способы планирования. Документы планирования в школе.	У,П
3.	Технология планирования по физическому воспитанию	Планирование физического воспитания. Педагогическая технология. Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. Поурочный рабочий (тематический) план на четверть. План-конспект урока.	У,П
4.	Педагогический контроль и учёт в физическом воспитании школьников	Педагогический контроль и виды педагогического контроля. Основные требования к контролю и учёту Методы контроля Контроль физической подготовленности. Самоконтроль. Основные документы контроля, учёта и отчётности.	У,П
5.	Планирование, контроль и учёт работы по физическому воспитанию в ПУ и ССУЗах.	Программы по физическому воспитанию и их характеристика. Документы планирования учебной работы. Документы учёта учебной нагрузки преподавателей. Виды контроля и учёта работы по ФВ в ССУЗах и ПТУ. Контролирующие организации. Содержание различных видов контроля и учёта. Основные документы контроля и учёта. Особенности организации проведения контроля в ССУЗах и ПТУ. Методика организации врачебного контроля.	У,П
6.	Планирование , контроль и учёт работы по физическому воспитанию в ВУЗе	1. Организация и функции кафедры физического воспитания ВУЗа. 2. Содержание и построение учебного процесса. 3. Организационно-методические особенности занятий в различных отделениях. 4. Самостоятельные формы занятий.	У,П
7.	Планирование, контроль и учёт физического воспитания взрослого населения	Введение - Возрастная периодизация и задачи физической культуры для взрослого населения. 1. Повседневно-бытовые формы. 2. Рекреативно-оздоровительные формы занятий. 3. Общеподготовительные формы. 4. Спортивные секции. 5. Физическая культура в жизни людей старшего поколения.	У,П
8.	Педагогический контроль в физическом воспитании	Виды контроля. Педагогический контроль: сущность, требования и аспекты контроля. Физкультурный самоконтроль	У,П

		Связь педагогического и других видов контроля в ФВ. Виды педагогического контроля. Средства и методы контроля на уроке ФК. Самоконтроль занимающихся.	
9.	Технология планирования в спорте	1 Технология планирования в спорте 2 Перспективное планирование 3 Текущее планирование 4 Оперативное планирование	У,П
10.	Планирование процесса спортивной тренировки	Сущность и назначение планирования, его виды Многолетнее (перспективное) планирование тренировки Содержание перспективного плана, методические указания к его составлению	У,П
11.	Годовое планирование и контроль спортивной тренировки	Годовой план, его содержание и методика составления Месячное (мезоцикловое) и недельное (микроцикловое) планирование. Контроль в подготовке спортсменов	У,П
12.	Контроль и учёт в процессе спортивной тренировки	Значение и виды контроля. Основные формы и организация контроля Учёт в процессе спортивной тренировки спортсменов	У,П
13.	Контроль физической и технической подготовки спортсмена	Контроль над тренировочными и соревновательными нагрузками. Контроль над физ. подготовленностью. Контроль над технической подготовленностью. Основные формы и организация контроля. Контроль за факторами внешней среды. Значение учёта и его виды.	У,П

Примечание: У – устный опрос, П – письменный опрос.

2. 2 Содержание семинарского типа

8 семестр

№	Тема	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Основы планирование процесса физического воспитания	Цель: Знать основы планирования педагогической деятельности. Задача: Усвоить виды, формы, способы и документы планирования в учебных заведениях различного уровня. План: Введение – планирование в педагогической деятельности специалистов. Общие требования, предъявляемые к планированию. Исходные данные и направления планирования процесса физического воспитания. Виды, формы и способы планирования. Документы планирования в школе.	ПР, КР
2.	Технология	Цель: научиться определять требования и методику	ПР, КР

	планирования процесса физического воспитания	планирования физического воспитания Задачи: 1. Уяснить характеристики основных документов планирования в физическом воспитании. 2. Знать структуру и содержание основных разделов документов планирования План: Планирование физического воспитания. Требование к планированию в физическом воспитании. Методическая последовательность планирования. Педагогическая технология. Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. Поурочный рабочий (тематический) план на четверть. 7. План-конспект урока.	
3.	Педагогический контроль и учёт физического воспитания школьников	Цель: Сформировать понятия о педагогическом контроле. Задача: Знать содержание и методику организации педагогического контроля и самоконтроля. Уметь организовывать и проводить педагогический контроль с различными возрастными группами учащихся. Освоить работу с документами контроля, учёта и отчётности. План: Педагогический контроль и виды пед. контроля. Требования к контролю и учёту. Методы контроля. Контроль физической подготовленности занимающихся. Самоконтроль. Документы контроля и учёта.	ПР, КР
4.	Планирование, контроль и учёт работы по физическому воспитанию в средних специальных учебных заведениях.	Цель: научиться планировать, контролировать и учитывать работу по физическому воспитанию в средних учебных заведениях Задачи: 1. Усвоить структуру, содержание и требования к ведению документов планирования, контроля и учёт работы по физическому воспитанию. 2. Научиться организации и методике проведения контроля физической подготовленности учащихся и студентов профессиональных училищ и средних специальных учебных заведений. 3. Знать организацию врачебного контроля в учебных заведениях. План: Программы по физическому воспитанию и их характеристика. Документы планирования учебной работы.	ПР, КР

		Документы учёта учебной нагрузки преподавателей. Виды контроля и учёта работы по физическому воспитанию в ПТУ и ССУЗ. Контролирующие организации.	
5.	Планирование, контроль и учёт работы по физическому воспитанию в высших учебных заведениях.	Цель: научиться планировать, контролировать и учитывать работу по физическому воспитанию в высших учебных заведениях Задачи: – Усвоить структуру, содержание и требования к ведению документов планирования, контроля и учёт работы по физическому воспитанию. – Научиться организации и методике проведения контроля физической подготовленности учащихся и студентов высших учебных заведений. – Знать организацию врачебного контроля в высших учебных заведениях. План: 1. Организация и функции кафедры физического воспитания ВУЗа. 2. Содержание и построение учебного процесса. 3. Организационно-методические особенности занятий в различных отделениях. 4. Самодеятельные формы занятий.	ПР, КР
6.	Планирование, контроль и учёт физического воспитания взрослого населения	Цель: научиться организации планирования, контроля и учёта физического воспитания взрослого населения. Задача: Знать содержание и методику планирования, контроля и учёта физического воспитания взрослого населения. Знать содержание и методику самоконтроля. Уметь организовывать и проводить педагогический контроль с различными возрастными группами населения. Освоить работу с документами контроля, учёта и отчётности. План: План: Введение - Возрастная периодизация и задачи физической культуры для взрослого населения. 1. Повседневно-бытовые формы. 2. Рекреативно-оздоровительные формы занятий. 3. Общеподготовительные формы. 4. Спортивные секции. 5. Физическая культура в жизни людей старшего поколения.	ПР
7.	Педагогический контроль в физическом воспитании	Цель: научиться организации педагогического контроля физического воспитания различных контингентов занимающихся физической культурой и спортом. Задача: Знать содержание и методику педагогического контроля	ПР, КР

		<p>и самоконтроля</p> <p>Уметь организовывать и проводить педагогический контроль с различными возрастными группами населения.</p> <p>Освоить работу с документами контроля, учёта и отчётности.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виды контроля физического воспитания населения 2. Педагогический контроль: сущность, требования и аспекты контроля. 3. Физкультурный самоконтроль 4. Связь педагогического и других видов контроля в ФВ. 5. Виды педагогического контроля. 6. Средства и методы контроля на уроке ФК. Самоконтроль. 	
8.	Технология планирования в спорте	<p>Цель: Закрепить знания о структуре, содержании и основных технологиях планирования спортивной тренировки.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Усвоить сущность, структуру и содержание всех видов планирования спортивной тренировки. 2. Научиться создавать перспективные, текущие и оперативные планы подготовки спортсменов. <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Технология планирования в спорте 2 Перспективное планирование 3 Текущее планирование 4 Оперативное планирование 	ПР, КР
9.	Планирование спортивной тренировки	<p>Цель: Закрепить знания структуры, содержания и основные технологии планирования спортивной тренировки.</p> <p>Задачи:</p> <p>Усвоить сущность, структуру и содержание всех видов планирования спортивной тренировки.</p> <p>Научиться создавать перспективные планы подготовки спортсменов.</p> <p>План:</p> <p>Сущность и назначение планирования, его виды</p> <p>Многолетнее (перспективное) планирование тренировки.</p> <p>Содержание перспективного плана, методические указания к его составлению</p>	ПР КР
10.	Годовое планирование и контроль	<p>Цель: Закрепить знания структуры, содержания и основные технологические процессы годового планирования, сущности контроля периодов тренировки</p>	ПР, КР

	спортивной тренировки	спортсменов. Задачи: Усвоить сущность, структуру и содержание годового планирования спортивной тренировки. Научиться создавать годовой план и знать основные аспекты контроля на различных этапах подготовки спортсменов. План: Годовой план, его содержание и методика составления Месячное (мезоцикловое) и недельное (микроцикловое) планирование. Контроль в подготовке спортсменов.	
11.	Контроль и учёт в процессе спортивной тренировки	Цель: Закрепить знания основных форм контроля и учёта нагрузки в процессе спортивной тренировки. Задача: Освоить виды контроля и учёта спортивного совершенствования различных возрастных контингентов спортсменов. План: Значение и виды контроля. Основные формы и организация контроля Учёт в процессе спортивной тренировки спортсменов	ПР, КР
12.	Контроль спортивной тренировки и разработка тактического плана выступления спортсмена	Цель: Закрепить знания контроля и учёта нагрузки, данных физической и технической подготовки к соревнованиям. Задача: Освоить виды контроля и учёта спортивного совершенствования различных возрастных контингентов спортсменов. Научиться составлять тактический план выступления спортсмена на соревнованиях План: Контроль над тренировочными и соревновательными нагрузками. Контроль над физ. подготовленностью. Контроль над технической подготовленностью. Основные формы и организация контроля. Контроль за факторами внешней среды. Значение учёта и его виды.	ПР, КР

Примечание: УП – устный опрос.

2.3 Лабораторные занятия

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

2.4 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

№	Вид СР	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1	Подготовка к практическим занятиям	<p>Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 441 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04707-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/C17B2155-951C-4710-9022-F499C5E896C2.</p> <p>Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 254 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04705-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/3028496E-E223-438B-8BD7-D3CA1402E191.</p> <p>Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 224 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль.). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/807F7EDA-AEA9-4B96-85B7-0DD2A5376984.</p> <p>Лесгафт, П. Ф. Педагогика. Избранные труды / П. Ф. Лесгафт. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 375 с. — (Серия : Антология мысли). — ISBN 978-5-9916-9625-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/FD5B3A31-9D26-407D-A364-746EE687DC14.</p> <p>Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 493 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-6687-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/EE96FDA7-F69C-4BB6-8597-4092C82694CB.</p>
2	Подготовка к письменному опросу	<p>Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для академического бакалавриата / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 240 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-02432-6. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E371508A-957B-43C0-A1CE-C205DAA3974A</p> <p>2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева</p> <p>3. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для вузов / Н. Г. Михайлов, Э. И.</p>

		<p>Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 127 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04499-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/01ADADA4-9DB1-4B54-9AF2-99F20691EF31.</p> <p>4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 247 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04766-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E1AAA76D-3A38-4A16-AADA-DADEB608ECB1.</p> <p>5. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 424 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/AE7D793C-0120-4F4B-A338-4F2F27A41C8F.</p> <p>6. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для академического бакалавриата / С. С. Филиппов. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 242 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03673-2. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/A7274F99-AF93-4EDF-95C6-364268AFF6DD</p>
4	Подготовка контрольных работ	<p>1. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 283 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04896-4. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/37467473-784C-49CD-A674-41278007A1C2.</p> <p>Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под науч. ред. С. В. Новаковского. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 125 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-9916-9912-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/1C2522E5-E248-4A82-B03E-BEF0B548E09A.</p>

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной

аттестации

**4.1 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля
Рейтинговая система оценки успеваемости студентов
8 семестр**

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1.	Основы планирование процесса физического воспитания и формы планирования физического воспитания	Практическая работа Устный опрос	8
2.	Технология планирования процесса физического воспитания	Практическая работа Устный опрос	8
3.	Педагогический контроль и учёт физического воспитания школьников	Практическая работа Устный опрос	8
4.	Планирование, контроль и учёт работы по физическому воспитанию в средних специальных учебных заведениях	Практическая работа Устный опрос	8
5.	Планирование, контроль и учёт работы по физическому воспитанию в высших учебных заведениях	Практическая работа Устный опрос	8
6.	Планирование, контроль и учёт физического воспитания взрослого населения	Практическая работа Устный опрос	8
7.	Педагогический контроль в физическом воспитании	Практическая работа Устный опрос	8
8.	Технология планирования в спорте	Практическая работа Устный опрос	8
9.	Планирование, контроль и учёт в процессе тренировки спортсменов.	Практическая работа Устный опрос	8
10.	Годовое планирование и контроль спортивной тренировки	Практическая работа Письменный опрос	8
11.	Основные формы организации контроля и учёта в процессе спортивной тренировки	Практическая работа Письменный опрос	10
12.	Контроль в подготовке спортсмена	Практическая работа Устный опрос	10
Всего:			100

4.1.1 Вопросы для устного опроса

8 семестр

1. Квалификационные характеристики специалиста физической культуры
2. Виды и формы деятельности специалиста
3. Компоненты профессиональной деятельности специалиста.
4. Планирование физического воспитания (сущность, требования, аспекты планирования)
5. Виды и формы планирования.
6. Документы планирования в школе.
7. Контроль в физическом воспитании (определение, требования и направления контроля).
8. Виды контроля.
9. Контроль двигательной деятельности учеников на уроке физической культуры.
10. Способы оценки техники выполнения упражнений.
11. Оценка уровня физических качеств и требования к тестам.
12. Способы оценки функционального состояния учеников на уроке физической культуры.
13. Самоконтроль занимающихся.
14. Общая и моторная плотность урока;
15. Хронометраж и пульсометрия урока;
16. Регулирование и контроль нагрузки на уроке.
17. Подготовка учителя к уроку:
18. План-конспект урока физической культуры.
19. Педагогический анализ урока физической культуры. Контроль в спортивной тренировке (предмет контроля, типы контроля)
20. Общеподготовительные специально-подготовительные и соревновательные упражнения, как основное средство спортивной тренировки.
21. Ближайший, оставленный и кумулятивный эффект тренировки; их отличительные признаки и взаимосвязь.
22. Нагрузка и отдых, как компоненты тренировочного процесса.
23. Функции и типы интервалов отдыха в тренировочном процессе.
24. Средства и методы наглядно-информационного и сенсорно-коррекционного воздействия в подготовке спортсмена.
25. Направленность к высшим достижениям, углубленная специализация и индивидуализация, как закономерные черты подготовки спортсмена.
26. Диалектическая взаимосвязь различных сторон подготовки спортсмена; основные положения принципа единства общей и специальной подготовки спортсмена.
27. Непрерывность как закономерность тренировочного процесса подготовки; основные положения принципа непрерывности.
28. Постепенность и предельность, неординарная волнообразность динамики нагрузок, как закономерности лежащие в основе подготовки спортсмена.
29. Структура малых тренировочных циклов и их типы.
30. Структура средних типов тренировки и их типы.
31. Структура макроциклов и факторы определяющие её построение.
32. Задачи, содержание и особенности занятий в подготовительный период тренировки.
33. Задачи, содержание и особенности методики занятий в соревновательный период.
34. Задачи, особенности методики занятий в переходном периоде спортивной тренировки.
35. Спортивная тренировка как многолетний процесс.

36. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста.
37. Возрастная периодизация и особенности индивидуального развития детей раннего и дошкольного возраста.
38. Формы организации занятий физической культурой детей в детском саду. Особенности методики занятий с детьми раннего и дошкольного возраста.
39. Физическое воспитание в школе.
40. Характеристика школьных программ по физическому воспитанию.
41. Содержание норм и требований по физическому воспитанию.
42. Возрастная периодизация школьников. Возрастные особенности индивидуального развития и обучения двигательным действиям.
43. Возрастные особенности воспитания физических качеств школьников.
44. Урочные формы занятий в школе.
45. Урок физической культуры в школе.
46. Подготовка учителя к уроку.
47. Педагогический анализ урока физической культуры.
48. Внеурочные формы занятий физическими упражнениями школьников
49. Деятельность коллектива физической культуры в школе.
50. Физическое воспитание в профессиональных училищах и средних специальных учебных заведениях.
51. Самодеятельные формы занятий.
52. Физическая культура в жизни взрослого человека. Формы занятий. Физическая культура в жизни людей старшего поколения.
53. Профессионально-прикладные формы физической культуры.
54. Совершенствование врачебно-педагогического контроля в физической культуре и спорте.
55. Использование информационных технологий управления физическим развитием и здоровьем учащихся и студентов.
56. Современные системы тестирования.
57. Формирование отношения человека к физической культуре и спорту.
58. Оценка уровня физического развития и физической подготовленности учащейся молодежи к будущей профессиональной деятельности.
59. Профилактика асоциального поведения учащейся молодежи средствами ФКиС.
60. Основные документы планирования по гимнастике в школе
61. Планирование гимнастических элементов вольных упражнениях и акробатики
62. Планирование гимнастических элементов на перекладине
63. Планирование гимнастических элементов на коне-махи
64. Планирование гимнастических элементов в опорных прыжках
65. Планирование гимнастических элементов на параллельных брусьях
66. Планирование гимнастических элементов на р\в брусьях
67. Планирование гимнастических элементов на бревне
68. Профессионально-значимые прикладные знания, умения и навыки студентов.
69. Производственная физическая культура (ППФП) бакалавра и специалиста образования.
70. Влияние индивидуальных особенностей, природных условий, профессиональных и других факторов на содержание физической культуры.
71. Роль будущих учителей во внедрении физической культуры в школьном коллективе, в пропаганде и развитии оздоровительных форм занятий физическими упражнениями среди детей и родителей.
72. Оздоровительная физическая культура (ОФК) составная часть учебно-воспитательного процесса в школе и детском лагере отдыха.

73. Организационно-методические подходы к развитию оздоровительной физической культуры:
74. Подготовка физкультурного актива;
75. Разработка календарного плана физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий
76. Принципы составления положения о спортивных соревнованиях,
77. Методическое руководство со стороны учителя физической культуры,
78. Оздоровительная физическая тренировка.
79. Туризм в системе физического воспитания детей школьного возраста.

Организация проведения туристических походов.

80. Элективные и популярные формы и средства оздоровительной физической культуры с детьми: ритмическая гимнастика, мини-спортивные игры, «Весёлые старты» и эстафеты, атлетическая гимнастика.

81. Руководство физическим воспитанием детей в лагере отдыха

82. Физкультурный руководитель как непосредственный организатор физкультурно-спортивной работы в летнем лагере.

83. Обязанности вожатого детского лагеря отдыха.

84. Формы физкультурно-оздоровительной работы с детьми: утренняя гимнастика, физкультурные занятия в отряде, подготовка сборных команд к лагерной спартакиаде, закаливающие процедуры, игры и развлечения на воздухе.

85. Методика подбора средств и проведения занятий с оздоровительной и рекреационной направленностью, с целью профилактики возможных профессиональных заболеваний.

86. Составление планов и сценариев проведения в школе и лагере отдыха с детьми разного возраста физкультурно-оздоровительных мероприятий («Весёлые старты»), Социальные функции спорта.

87. Соревновательная нагрузка и проблемы её нормирования.

88. Проблемы оптимального построения системы спортивных состязаний.

89. Основные факторы и роль в системе подготовки спортсмена.

90. Специальные принципы спортивной подготовки.

91. Физическая подготовка спортсмена.

92. Тактическая подготовка спортсмена.

93. Тактическая подготовка спортсмена.

94. Техническая подготовка спортсмена.

95. Структура отдельного тренировочного занятия.

96. Структура малых циклов тренировки.

97. Структура средних циклов тренировки.

98. Основы периодизации круглогодичной тренировки.

99. Стадии максимальной реализации спортивных возможностей в системе многолетних занятий спортом.

100. Планирование и контроль в системе подготовки спортсмена.

4.1.2 Тестовые задания для внутрисеместровой аттестации 8 семестр

№	Тестовые задания	Варианты ответов
1.	Педагогическое мастерство	А) Единство знаний и высоко развитых умений Б) Современная педагогическая наука.

		<p>В) Целостная многогранная деятельность педагогов, направленная на получение конечных результатов обучения и воспитания занимающихся.</p> <p>Г) Основные направления педагогической деятельности.</p>
2.	Планирование процесса ФВ	<p>А) деятельность состоящая из трёх частей: планирование, реализация запланированного, контроль.</p> <p>Б) взаимосвязь операции, переходящих друг в друга.</p> <p>В) смотреть вперёд, определять цели и конкретные задачи на определённые отрезки времени.</p> <p>Г) выбирать наиболее целесообразные средства, методы, организационные формы и материально–техническое оснащение.</p>
3.	Действительная возможность успешного выполнения планируемого при существующем уровне материально-технической оснащённости, бюджете времени	<p>А) Гибкость планирования</p> <p>Б) Реальность планирования</p> <p>В) Систематичность планирования</p> <p>Г) Всесторонность планирования</p>
4.	Всесторонность планирования	<p>А) планирование образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.</p> <p>Б) планирование руководства общими принципами физического воспитания.</p> <p>В) планирование организации целостного воспитательного процесса.</p> <p>Г) планирование благоприятных предпосылок для реализации принципов всестороннего и гармонического развития личности.</p>
5.	Планирование результирующих показателей	<p>А) предвидение целевого результата</p> <p>Б) общие целевые нормативные показатели физической подготовленности.</p> <p>В) итоговые годовые нормативы.</p> <p>Г) планирование конкретных итоговых и текущих показателей.</p>
6.	Планирование методических подходов и общего порядка построения занятий	<p>А) планирование последовательности основных и дополнительных форм занятий.</p> <p>Б). т.е. использование методики проведения и общей структуры</p>

		<p>процесса применительно к масштабам планирования</p> <p>В) планирование наиболее вероятных подходов к реализации поставленных задач.</p> <p>Г) взаимосвязь и последовательность проведения отдельных форм занятий как органических звеньев единого процесса.</p>
7.	Этапное планирование	<p>А) текущее планирование, которое предусматривает оптимизацию динамики физической работоспособности в течении длительного периода.</p> <p>Б) конкретизация задач, методов, организационных форм занятий и средств.</p> <p>В) планирование на четверть, полугодие, семестр.</p> <p>Г) планирование протяжённостью от 1 – 1,5 до 2 – 2,5 месяцев.</p>
8.	Сетевое планирование	<p>А) совершенствование этапа планирования с внедрением современных методов программирования учебного процесса.</p> <p>Б) определение видового состава упражнений при обучении основному упражнению.</p> <p>В) варианты выбора двигательных действий в зависимости от решения промежуточных задач.</p> <p>Г) логическая последовательность прохождения упражнений из различных разделов программы учебного процесса с использованием достаточно строгих и гибких алгоритмов и компьютерной техники.</p>
9.	Документ планирования учебной работы	<p>А).План–график учебного процесса.</p> <p>Б) Учебный план.</p> <p>В) Государственный стандарт.</p> <p>Г) Учебная программа</p>
10.	Составление учебно-методической документации и расписания, проведение мероприятий по расширению квалификации преподавателей, тренеров, проведение открытых и показательных занятий, взаимопосещение.	<p>А) Учебно-методическая работа.</p> <p>Б) Физкультурно-оздоровительная работа.</p> <p>В) Организационная работа.</p> <p>Г) Воспитательная работа</p>

11.	Получение информации о кумулятивном тренировочном эффекте на протяжении одной учебной четверти или семестра.	А) Оперативный контроль Б) Итоговый контроль В) Этапный контроль Г) Текущий контроль
12.	Выявление новой информации о состоянии занимающихся, условиях и продуктивности педагогического процесса.	А) Объективность, точность и достоверность контроля. Б) Полнота контроля и учёта В) Своевременность контроля Г). Простота контроля и учёта.
13.	Легко обозримая форма учитываемых фактов и выводов, обеспечивающих быстрое и точное использование их в предстоящей деятельности.	А) Наглядность Б) Простота контроля и учёта. В) Полнота контроля и учёта Г) Наблюдение.
14.	Позволяет определить величину физической нагрузки и её динамику во время занятий физическими упражнениями.	А) Определение моторной плотности занятия. Б) Определение общей плотности занятия. В) Хронометрирование Г) Пульсометрия.
15.	Является процентным показателем затрат времени на двигательную деятельность и определяется отношением времени, израсходованного на выполнение двигательных действий, по времени, отведённому на занятие	А) Хронометрирование. Б) Общая плотность занятия. В) Моторная плотность занятия. Г) Пульсометрия.
16.	Степень точности для оценки свойств физической подготовленности конкретного человека	А) Надёжность теста Б) Информативность теста В) Объективность теста Г) Самоконтроль
17.	Осуществляется в процессе выполнения задания и служит самостоятельному корректированию учебных, соревновательных и других действий.	А) Коррекционный самоконтроль Б) Констатирующий самоконтроль В) Самоконтроль Г) Профилактический само контроль
18.	Учёт данных состояния занимающихся контроля.	А) Медицинская карточка. Б) Запись в журнале учебной работы группы. В) Журнал учёта травм Г) Учётная карточка.
19.	Учёт анализа объективных признаков состояния занимающихся в проявлениях работоспособности внешней результативности действий и общих чертах поведения, внешний вид и отдельных антропометрических данных.	А) Оценка двигательной деятельности Б) Контроль факторов воздействующих на воспитуемых. В) Контроль двигательной деятельности. Г) Контроль динамики функциональных состояний.
20.	Контроль, постоянно осуществляемый по ходу занятий и в интервалах между ними, обеспечивающий срочную оценку	А) Цикловой и этапный контроль. Б) Методы оперативно–текущего контроля.

	меняющихся признаков контролируемых моментов.	В) Оперативно-текущий контроль Г) Пульсометрия.
21.	Степень освоения двигательных действий в объёме изучаемых требований с учётом особенностей этапа обучения.	А) Проверка и оценка уровня развития физических качеств. Б) Требования к тестам физической подготовленности. В) Проверка и оценку двигательных умений и навыков. Г) Контроль функционального состояния учащихся.
22.	Документ, в котором раскрывается направленность, содержание, порядок, последовательность и сроки осуществления тренировочных и внутрине тренировочных заданий, связанных с достижением поставленных тренером и спортсменом целей.	А) Процесс планирования тренировки. Б) План тренировки В) Многолетний план Г). Учебный план.
23.	Планирование тренировки на месяц.	А) Мезоцикл. Б) Микроцикл. В) Месячный план тренировки Г) Макроцикл
24.	Планирование тренировки на год	А) Мезоцикл. Б) Микроцикл. В) Месячный план тренировки Г) Макроцикл
25.	План спортивной тренировки, составленный на основе годового плана и определяется как мезо цикловой	А) Этапный и месячный план Б) Недельный план В) План-конспект занятия. Г) Крупноциклового план.
26.	Контроль нагрузок предполагает:	А) распределение всех средств на неспециализированные и специализированные. Б) меру сходства данного тренировочного средства с соревновательным упражнением. В) определение соотношения средств за определённый промежуток времени. Г) проверка направленности нагрузок.
27.	Оценка выполнения освоенных движений, эффективности и результативности их выполнения	А) Определение эффективности техники двигательных действий. Б) Определения объёма двигательных возможностей спортсмена. В) Определение разносторонности освоения технических приёмов. Г) Контроль технической подготовленности.
28.	Программа основных действий	А) План психологической

	отдельных спортсменов или команды.	подготовки. Б) План технической подготовки. В) План стратегической подготовки. Г) Тактический план
29.	Материалы, которые служат показателями выполнения плана, помогают уточнить и исправить его.	А) Учёт. Б) Поэтапный учёт. В) Текущий учёт. Г) Предварительный учёт.
30.	Документ уровня координационной подготовки спортсмена	А) Протокол общей физической подготовки. Б) Протокол специальной физической подготовки. В) Протокол технической подготовки. Г) Протокол психологической подготовки.
31.	Проектировочные умения	А) творческая переработка программного материала Б) практическая реализация проектировочной деятельности. В) умение планировать, определять цели и задачи.. Г) организаторские умения мобилизации, координации и взаимосвязи действий обучаемых в ходе учебно-тренировочного процесса
32.	Конкретность планирования	А) избирательный выбор физических упражнений, обеспечивающих максимальный педагогический эффект. Б) из большого числа физических упражнений выбор наиболее универсальных. В) чёткое определение этапа обучения, детализации задач и соответствие подобранных средств. Г) планирование в зависимости от длительности этапа на который оно рассчитано.
33.	Планирование по циклам и обеспечение преемственности в учебно-воспитательной работе	А) Гибкость планирования Б) Систематичность планирования В) Всесторонность планирования Г) Реальность планирования
34.	Гибкость планирования	А) учёт возможных изменений в условиях педагогического процесса и введение допусков в плановые документы. Б) возможность варьирования задач, средств и методов при

		<p>непредвиденных обстоятельствах. В) план, осуществляемый при непредвиденных обстоятельствах. Г) тенденции обладающие вариативностью в зависимости от конкретных условий.</p>
35.	Планирование материала занятий и параметров нагрузок	<p>А). это планирование индивидуализированной спортивной тренировки. Б) в виде систематизировано подобранных физических упражнений. В) правильно сгруппирован и подобран основной и дополнительный материал по циклам и этапам занятий, где предусмотрены объёмы и режимы параметров нагрузки Г) детально разработанные планы параметров нагрузки в спорте.</p>
36.	Планировать это ...	<p>А) выбор временных масштабов. Б) приближение к реальной обстановке через проектирование отдельных занятий. В) перспектива увидеть конечную цель физического воспитания. Г) значит понимать и предвидеть как будет развёртываться планируемый процесс во времени.</p>
37.	Перспективное планирование	<p>А) регулирование всего процесса физического воспитания. Б) это планирование на длительный срок. В) перспективное планирование в спорте. Г) планирование по годам обучения.</p>
38.	Оперативное планирование	<p>А) планирование на короткий промежуток времени. Б) регламентирует процесс упражнения. В) широко осуществляет обратную связь. Г) предполагает реализацию требований, конкретности и реальности планирования с обязательным учётом состояния занимающихся.</p>
39.	Документ, который составляется на основе крупно-циклового планирования, где конкретизируются все аспекты и	<p>А) Годовой план график. Б) Четвертной план график. В) План – конспект урока.</p>

	получают дальнейшую детализацию.	Г) Перспективное планирование
40.	Комплектование учебных групп подбор преподавателей и распределение обязанностей между ними, подготовка физкультурного актива, проведение собраний, отчёты.	А) Учебно-методическая работа. Б) Физкультурно-оздоровительная работа. В) Организационная работа. Г) Воспитательная работа.
41.	Контроль для изучения состава занимающихся и определение готовности к предстоящим занятиям	А) Предварительный контроль. Б) Педагогический контроль В) Текущий контроль. Г) Итоговый контроль.
42.	Определение реакции организма занимающихся на нагрузку после занятия.	А) Текущий контроль. Б) Итоговый контроль. В) Этапный контроль Г) Оперативный контроль.
43.	Достаточная всесторонность контроля	А) Объективность, точность и достоверность Б) Простота контроля и учёта. В) Полнота контроля и учёта. Г) Своевременность контроля и учёта.
44.	Проводится с целью выявления и оценки затрат времени на различные виды деятельности занимающихся и определения эффективности занятия.	А) Пульсометрия Б) Определение общей плотности урока В) Хронометрирование Г) Определение моторной плотности урока
45.	Является обобщённым показателем рационального использования времени	А) Хронометрирование Б) Пульсометрия. В) Моторная плотность занятия. Г) Общая плотность занятия.
46.	Степень сходства результатов при повторном тестировании одних и тех же испытуемых в одинаковых условиях.	А) Объективность теста Б) Информативность теста В) Надёжность теста Г) Самоконтроль
47.	Наблюдения за собственными действиями в процессе выполнения физических упражнений, проверка полноценности восприятий и представлений, предпринимаемых на основе самостоятельных решений; выявление недочётов в координации движений, определение их степени соответствия требованиям.	А) Самоконтроль Б) Профилактический самоконтроль В) Констатирующий самоконтроль Г) Коррекционный самоконтроль
48.	Документ, имеющий общеустановленную форму, в которой выделяются разделы: списочный состав; группы общие сведения о занимающихся; данные врачебного контроля; учёт посещаемости занятий;	А) Журнал учёта травм. Б) Журнал учёта учебной работы группы. В) Учётная карточка спортсмена. Г) Книга учёта высших спортивных достижений.

	учёт пройденного учебного материала; учёт успеваемости.	
49.	Анализ и определение параметров движений, величины нагрузки и режимы чередования их с отдыхом в отдельном занятии или в целом цикле занятий	А) Контроль факторов воздействующих на воспитуемых. Б) Контроль двигательной деятельности и связанных с ней взаимодействий воспитуемых. В) Контроль динамики функциональных сдвигов в организме. Г) Оценка двигательной деятельности.
50.	Получение оценочной информации с помощью контрольных двигательных заданий с измерением текущих разделов и их выполнения в стандартных условиях.	А) Педагогический контроль Б) Оперативно–текущий контроль В) Методы оперативно–текущего контроля. Г) Цикловой и этапный контроль.
51.	Служит источником информации для педагогического контроля	А) Самоконтроль. Б) Проверка и оценка двигательных умений и навыков. В) Проверка и оценка уровня развития физических качеств. Г) Контроль функционального состояния занимающихся.
52.	Документ, который определяет основные направления и продолжительность учебной работы для различных контингентов занимающихся.	А) Многолетний план тренировки. Б) План тренировки. В) Учебный план. Г) Перспективный план.
53.	Планирование тренировки на неделю.	А) Мезоцикл. Б) Микроцикл. В) Недельный план тренировки Г) Макроцикл
54.	Планирование тренировки на олимпийский цикл	А) Мезоцикл. Б) Микроцикл. В) Многолетний план тренировки Г) Макроцикл.
55.	Проект плана тренировки, который сводится к построению модели будущего состояния спортсмена и модели тренировочного процесса.	А) Этап результирующей отработки действия. Б) Этап разработки плана. В) Этап коррекции плана Г) Этап реализации план
56.	Документ, включающий: краткую характеристику спортсмена; цель и основные задачи; календарь основных соревнований; цикличность подготовки и задачи периода; спортивно–технические показатели; контрольные нормативы; распределение основных средств, нагрузки, педагогический и врачебный контроль.	А) Многолетний план тренировки. Б) Годовой план тренировки. В) Примерный план тренировки. Г) Перспективный план тренировки.

57.	В	Контроль физической подготовленности включает:	А) физические качества и связанные с ним двигательные способности. Б) силу, быстроту, выносливость, координацию и гибкость. В) степень развития двигательных способностей. Г) оценку физической подготовленности к деятельности.
58.		Степень близости к оптимальному варианту выполнения техники двигательных действий	А) Эталон выполнения. Б) Уровень технического достижения спортсмена. В) Степень разнообразия технических приёмов. Г) Эффективность техники спортивного движения.
59.		Материалы, позволяющие определить исходный уровень подготовленности спортсмена или группы спортсменов, на основе, которого разрабатываются перспективные планы тренировки.	А) Предварительный учёт. Б) Оперативный учёт В) Текущий учёт. Г) Поэтапный учёт.
60.		Документы оформления контроля физической подготовки	А) Ведомость контрольных нормативов Б) Заключение врачебного контроля. В) Протокол контрольных нормативов. Г) Протокол соматического здоровья.
61.		Организаторская деятельность	А) практическая реализация проектировочной деятельности. Б) отношения между преподавателем и занимающимися В) высокая контактность между преподавателем и занимающимися Г) познавательные умения процесса физического воспитания
62.		Возможности успешного выполнения планируемого	А) Гибкость Б) Конкретность В) Систематичность Г) Реальность
63.		Планирование по циклам и обеспечивает преемственность в учебно-воспитательной работе	А) Гибкость Б) Конкретность В) Систематичность Г) Реальность
64.		Необходимость руководства общими принципами физического воспитания	А) Систематичность Б) Всесторонность В) Реальность Г) Гибкость
65.		Важнейшими отправными предпосылками и направляющей основой планирования являются	А) динамика возрастных изменений физического и общего развития. Б) данные о конкретном состоянии

		<p>занимающихся.</p> <p>В) научно установленные закономерности процесса ФВ и результаты практического опыта работы.</p> <p>Г) Планирование результирующих показателей</p>
66.	<p>Планирование результирующих показателей;</p> <p>Планирование материала занятия и связанных с ними нагрузок;</p> <p>Планирование методических подходов и общего порядка построения занятий</p>	<p>А) Основными аспектами</p> <p>Б) Конкретно предпосылочные данные</p> <p>В) Прикладные данные</p> <p>Г) Планирование результирующих показателей</p>
67.	<p>планирование наиболее вероятных методических подходов к реализации поставленных задач;</p> <p>основные и дополнительные формы занятий, число и частоту, порядок их распределения по периодам и циклам планируемого процесса.</p>	<p>А) Планирование методических подходов и общего порядка построения занятий</p> <p>Б) Планирование материала занятий и параметров связанных с ними нагрузок</p> <p>В) Планирование результирующих показателей</p> <p>Г) Конкретно предпосылочные данные</p>
68.	Планирование на длительный срок	<p>А) Этапное планирование</p> <p>Б) Оперативное планирование</p> <p>В) Перспективное планирование</p> <p>Г) Сетевое планирование</p>
69.	<p>Годовой план-график Четвертной план-график Конспект урока</p>	<p>А) Документы планирования в школе</p> <p>Б) Документы планирования в спортшколе</p> <p>В) Документы планирования в спортклубе</p> <p>Г) Документы планирования в управлении образования</p>
70.	<p>1. общешкольный годовой план внеурочной работы по ФВ;</p> <p>2. раздел "ФВ" в планах воспитательной работы классов;</p> <p>3. календарь спортивно-массовых мероприятий;</p> <p>4. расписание занятий секций и кружков.</p>	<p>А) формирования педагогического мастерства</p> <p>Б) Планирование т разносторонних спортивных знаний и опыта</p> <p>В) Перспективное планирование</p> <p>Г) Основными документами, регламентирующими внеурочную работу</p>
71.	<p>Целевая направленность педагогического процесса Всесторонность задач планирования педагогического процесса Учёт закономерностей физического воспитания Конкретность планирования</p>	<p>А) Методическая последовательность планирования</p> <p>Б) Конспект урока</p> <p>В). Требование к планированию в физическом воспитании</p> <p>Г) Характеристика основных документов планирования в</p>

		физическом воспитании.
72.	Учебный план, учебная программа, план-график учебного процесса, рабочий (тематический) план, расписание занятий, планы-конспекты занятий.	А) Требование к планированию в физическом воспитании Б) Основными документами планирования в физическом воспитании В) Методическая последовательность планирования. Г) Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании.
73.	Систематическое и последовательное воплощение на практике заранее спроектированного учебно-воспитательного процесса	А) Комплектование учебных групп, подбор преподавателей и распределение обязанностей Б) Общий план по физическому воспитанию В) Целевые установки и общие задачи педагогического процесса: в школе Г) Педагогическая технология
74.	Организационная работа Учебно-тренировочная работа Физкультурно-оздоровительная работа Воспитательная работа Врачебный контроль	А) Рабочая документация по планированию Б) Общий план по физическому воспитанию В) Структуру педагогической технологии Г) Мероприятия по расширению квалификации преподавателей, тренеров
75.	Составляется на основе учебной программы годового плана-графика.	А) План график учебного процесса Б) Рабочий (тематический) план В) План-конспект урока Г) Общий план по физическому воспитанию
76.	Определяет наиболее целесообразную последовательность,хождение материала практического и теоретического разделов учебной программы по месяцам и неделям учебного года	А) План график учебного процесса Б) Рабочий (тематический) план В) План-конспект урока Г) Общий план по физическому воспитанию
77.	Разрабатывается а каждое занятие и представляет собой полный, детализированный сценарии предстоящего урока	А) План график учебного процесса Б) Рабочий (тематический) план В) План-конспект урока Г) Общий план по физическому воспитанию
78.	Проводится обычно в начале учебного года. Он предназначен для изучения состава занимающихся (состояние здоровья, физическая подготовленность, спортивная квалификация) и	А) Предварительный контроль Б) Оперативный контроль В) Текущий контроль Г) Этапный контроль Д) Итоговый контроль

	определения готовности учащихся к предстоящим занятиям.	
79.	Проводится обычно в начале учебного года. Он предназначен для изучения состава занимающихся (состояние здоровья, физическая подготовленность, спортивная квалификация) и определения готовности учащихся к предстоящим занятиям.	А) Предварительный контроль Б) Оперативный контроль В) Текущий контроль Г) Этапный контроль Д) Итоговый контроль
80.	Проводится для определения реакции организма занимающихся на нагрузку после занятия.	А) Предварительный контроль Б) Оперативный контроль В) Текущий контроль Г) Этапный контроль Д) Итоговый контроль
81.	Служит для получения информации о кумулятивном (суммарном) тренировочном эффекте, полученном на протяжении одной учебной четверти или семестра.	А) Предварительный контроль Б) Оперативный контроль В) Текущий контроль Г) Этапный контроль Д) Итоговый контроль
82.	Проводится в конце учебного года для определения успешности выполнения годового плана-графика учебного процесса, степени решения поставленных задач, выявления положительных и отрицательных сторон процесса физического воспитания и его составляющих	А) Предварительный контроль Б) Оперативный контроль В) Текущий контроль Г) Этапный контроль Д) Итоговый контроль
83.	Предполагает выявление новой информации о состоянии занимающихся, условиях и продуктивности пед. процесса.	А) Своевременность контроля и учёта Б) Объективность, точность и достоверность В) Полнота контроля и учёта Г) Простота контроля и учёта Д) Наглядность контроля и учёта
84.	Заключается в максимальном соответствии выявляемых и фиксируемых фактов реальной действительности	А) Своевременность контроля и учёта Б) Объективность, точность и достоверность В) Полнота контроля и учёта Г) Простота контроля и учёта Д) Наглядность контроля и учёта
85.	Предусматривают достаточную всесторонность контроля и учёта.	А) Своевременность контроля и учёта Б) Объективность, точность и достоверность В) Полнота контроля и учёта Г) Простота контроля и учёта Д) Наглядность контроля и учёта

86.	Предполагает доступность его форм и методов, а так же возможности получения необходимых данных без лишних затрат времени и сил.	А) Своевременность контроля и учёта Б) Объективность, точность и достоверность В) Полнота контроля и учёта Г) Простота контроля и учёта Д) Наглядность контроля и учёта
87.	Сводится к легко обозримой форме фиксации учитываемых фактов и выводов, обеспечивающих быстрое и точное использование их в предстоящей деятельности.	А) Своевременность контроля и учёта Б) Объективность, точность и достоверность В) Полнота контроля и учёта Г) Простота контроля и учёта Д) Наглядность контроля и учёта
88.	Дает наиболее богатую и ценную информацию о деятельности педагога и занимающихся, направленной на решение намеченных задач	А) Наблюдение за учебно-воспитательным процессом Б) Хронометрирование В) Общая плотность урока Г) Моторная плотность занятия Д) Пульсометрия
89.	Проводится с целью выявления и оценки затрат времени на различные виды деятельности занимающихся и определения плотности урока, как одного из показателей его эффективности	А) Наблюдение за учебно-воспитательным процессом Б) Хронометрирование В) Общая плотность урока Г) Моторная плотность занятия Д) Пульсометрия
90.	Является обобщённым показателем рационального использования времени.	А) Наблюдение за учебно-воспитательным процессом Б) Хронометрирование В) Общая плотность урока Г) Моторная плотность занятия Д) Пульсометрия
91.	Является процентным показателем затрат времени на двигательную деятельность и определяется отношением времени, израсходованного на выполнение двигательных действий, по времени, отведённому на занятие.	А) Наблюдение за учебно-воспитательным процессом Б) Хронометрирование В) Общая плотность урока Г) Моторная плотность занятия Д) Пульсометрия
92.	Позволяет определить величину физической нагрузки и ее динамику во время занятий физические упражнения.	А) Наблюдение за учебно-воспитательным процессом Б) Хронометрирование В) Общая плотность урока Г) Моторная плотность занятия Д) Пульсометрия
93.	Заключается в информативности, надёжности и объективности.	А) Достоверность теста Б) Информативность теста В) Надёжность теста Г) Объективность теста

94.	Степень его точности для оценки определённых свойств конкретного человека	А) Достоверность теста Б) Информативность теста В) Надёжность теста Г) Объективность теста
95.	Отражает степень сходства результатов при повторном тестировании одних и тех же испытуемых в одинаковых условиях	А) Достоверность теста Б) Информативность теста В) Надёжность теста Г) Объективность теста
96.	Отражает независимость результатов измерений от личных особенностей специалистов, проводящих тестирование или использованной аппаратуры	А) Достоверность теста Б) Информативность теста В) Надёжность теста Г) Объективность теста
97.	Позволяет предупредить возникновение некоторых ошибок во время выполнения заданий	А) Профилактический самоконтроль Б) Коррекционный самоконтроль В) Констатирующий самоконтроль Г)
98.	Осуществляется в процессе выполнения задания и служит самостоятельному оперативному корректированию учебных, соревновательных и других действий.	А) Профилактический самоконтроль Б) Коррекционный самоконтроль В) Констатирующий самоконтроль Г)
99.	Отличается тем, что ограничен лишь выявлением и оценкой отдельных фактов, собственно учебной, спортивно-тренировочной и соревновательной деятельности, ее обстановки и условия.	А) Профилактический самоконтроль Б) Коррекционный самоконтроль В) Констатирующий самоконтроль
100.	Имеет общеустановленную форму, в которой выделяются следующие разделы: списочный состав группы и общие сведения о занимающихся; данные врачебного контроля; учёт посещаемости занятий; учёт пройденного программного материала; учёт успеваемости	А) Журнал учёта учебной работы группы Б) Медицинская карточка В) Учётная карточка Г) Журнал учёта травм Д) Книга учёта высших спортивных достижений
101.	Служит учёту данных врачебного контроля, осуществляемого мед. персоналом.	А) Журнал учёта учебной работы группы Б) Медицинская карточка В) Учётная карточка Г) Журнал учёта травм Д) Книга учёта высших спортивных достижений
102.	Является одним из важных документов учёта состояния занимающихся.	А) Журнал учёта учебной работы группы Б) Медицинская карточка В) Учётная карточка Г) Журнал учёта травм Д) Книга учёта высших спортивных достижений

103.	Служит для регистрации каждого случая травматизма	А) Журнал учёта учебной работы группы Б) Медицинская карточка В) Учётная карточка Г) Журнал учёта травм Д) Книга учёта высших спортивных достижений
104.	Служит для регистрации рекордов и чемпионов по видам спорта.	А) Журнал учёта учебной работы группы Б) Медицинская карточка В) Учётная карточка Г) Журнал учёта травм Д) Книга учёта высших спортивных достижений
105.	Выработать и закрепить осознанную потребность к ФК, здоровом образе жизни, содействовать становлению активной жизненной позиции.	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
106.	В течение учебного года выполнять нормативы ФП, контрольные упражнения, программы	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
107.	Комплексы общеподготовительных ФУ, атлетическая, ритмическая гимнастика	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
108.	Урок, Тренировочные занятия, Самостоятельные занятия тренировочного характера	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
109.	Завершить базовое физкультурное образование (общий стандартный минимум), вооружить необходимыми в жизни и трудовой деятельности знаниями, умениями, навыками в сфере ФК.	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
110.	Уметь составлять комплексы для индивидуальных занятий, для отдельных разделов занятий программы	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
111.	Виды спорта по выбору,	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
112.	Малые формы ФК в режиме дня	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
113.	Обеспечить всестороннее развитие	А) Задачи:

	личных физических качеств и двигательных способностей для освоения профессии и службы в ВС закаливание и устойчивость к нагрузкам.	Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
114.	Участвовать не менее 8 раз в соревнованиях и физкультурных мероприятиях	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
115.	Танцы специальные средства профессионально-прикладной и военно-прикладной ФП	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
116.	Соревнования	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
117.	Выработать навыки самоконтроля в процессе физкультурно-спортивных занятий	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
118.	Сдать выпускной экзамен по ФК	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
119.	Естественные средства закаливания и гигиенические факторы.	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
120.	Физкультурно-рекреативные и оздоровительные мероприятия	А) Задачи: Б) Требования: В) Средства Г) Формы занятий
121.	Метод неопредельных отягощений с предельным числом повторений. Метод максимальных усилий 70-80% от max. Метод статических усилий 60%, 5-6 раз, 4-6 раз. Упражнение с собственным весом, упражнение с амортизаторами, упражнения с гантелями, упражнения со штангой.	А) Сила Б) Быстрота В) Гибкость Г) Ловкость
122.	Простые и сложные двигательные реакции. Повторные упражнения с максимальной скоростью. Упражнения: бег (спринт). Упражнение для освоения техники бега, эстафеты, прыжки, игры подвижные и спортивные.	А) Сила Б) Быстрота В) Гибкость Г) Ловкость
123.	Упражнение для плечевого пояса, тазобедренного сустава, голеностопного	А) Сила Б) Быстрота

	сустава, Множественное повторение с возвратной амплитудой, Упражнения с помощью партнёра и отягощений.	В) Гибкость Г) Ловкость
124.	Сохранять и изменять темп, ритм, равновесие в движениях. ОРУ, освоение умений и навыков новых двигательных действий. Подвижные и спортивные игры.	А) Сила Б) Быстрота В) Гибкость Г) Ловкость
125.	Упражнения на все части тела Упражнения для туловища и ног с большой амплитудой. Упражнения общего воздействия Упражнения на расслабление Упражнения на внимание и координацию.	А) Работы профессий, связанные с монотонной, малоподвижной деятельностью. Б) Работы профессий, связанные с умственной и физической деятельностью В) Работа профессий, связанная с большими физическими нагрузками Г) Работа профессий, связанная преимущественно с умственным трудом
126.	Упражнения в сгибании рук в висе; Упражнение на расслабление; Упражнения общего воздействия; Упражнения на координацию.	А) Работы профессий, связанные с монотонной, малоподвижной деятельностью. Б) Работы профессий, связанные с умственной и физической деятельностью В) Работа профессий, связанная с большими физическими нагрузками Г) Работа профессий, связанная преимущественно с умственным трудом
127.	Упражнения в подтягивании с глубоким дыханием Расслаблением рук и плечевого пояса; Упражнения на глубокое дыхание; Упражнения на расслабление.	А) Работы профессий, связанные с монотонной, малоподвижной деятельностью. Б) Работы профессий, связанные с умственной и физической деятельностью В) Работа профессий, связанная с большими физическими нагрузками Г) Работа профессий, связанная преимущественно с умственным трудом
128.	Упражнения на подтягивания; Упражнения общего воздействия; Упражнения для туловища, ног, рук с акцентов на движения ногами; Упражнения на расслабление рук; Упражнения на внимание и координацию.	А) Работы профессий, связанные с монотонной, малоподвижной деятельностью. Б) Работы профессий, связанные с умственной и физической деятельностью В) Работа профессий, связанная с

		большими физическими нагрузками Г) Работа профессий, связанная преимущественно с умственным трудом
129.	Упражнения: Для снятия усталости мышц кисти; Для снятия усталости мышц плечевого пояса; Для снятия усталости мышц шеи; Для снятия усталости мышц спины; Для снятия усталости мышц ног; Для устранения застойных явлений в области таза при работе сидя; Для снятия большого нервного напряжения	А) Физкультурная минутка. Б) Микропауза, В) Формы после рабочего восстановления Г) Формы профилактики влияния неблагоприятных факторов труда
130.	Короткая форма активного отдыха во время работы, 20-30 секунд.	А) Физкультурная минутка. Б) Микропауза, В) Формы после рабочего восстановления Г) Формы профилактики влияния неблагоприятных факторов труда
131.	Купание 15-20 минут. Активное расслабление и приёмы саморегуляции. Использование силовых упражнений для снятия нервно-эмоциональной нагрузки. Средства: бассейн, ванны, душ, Игры с мячом, городки.	А) Физкультурная минутка Б) Микропауза, В) Формы после рабочего восстановления Г) Формы профилактики влияния неблагоприятных факторов труда
132.	Ограниченная подвижность, однообразие, неравномерное распределение физической нагрузки на отдельные мышечные группы, неудобная рабочая поза, перегревание. Гипокинезия (ограниченность двигательной активности) Средства: тренажёры, профилактическая гимнастика (15-20упр.), психологическая нагрузка на фоне расслабления, силовые упражнения.	А) Физкультурная минутка. Б) Микропауза, В) Формы после рабочего восстановления Г) Формы профилактики влияния неблагоприятных факторов труда
133.	Министерство общего, среднего и высшего образования. Министерство здравоохранения. Министерство культуры, спорта и туризма.	А) Контролирующие организации Б) Виды педагогического контроля В) Основные требования, предъявляемые к контролю
134.	Предварительный контроль Оперативный контроль	А) Контролирующие организации Б) Виды педагогического контроля

	Текущий контроль Этапный контроль Итоговый контроль	В) Основные требования, предъявляемые к контролю
135.	Своевременность Систематичность Объективность, точность, достоверность полнота (охват основных показателей процесса ФВ.)	А) Контролирующие организации Б) Виды педагогического контроля В) Основные требования, предъявляемые к контролю
136.	– контроль совокупности внешних факторов направленных воздействий на обучаемых («факторы воздействия»); – контроль двигательной деятельности занимающихся; – контроль «эффекта воздействий».	А) Педагогический контроль Б) Контроль внешних факторов воздействия на обучаемых В) Контроль двигательной деятельности Г) Контроль эффекта воздействия
137.	– контроль внешних условий (сан.-гигиеническое состояние, метеорологическую информацию средовых факторов: среднегорья, повышенной солнечной радиации) – контроль воздействия педагога (соблюдение норм педагогической этики и профессиональных действий)	А) Педагогический контроль Б) Контроль внешних факторов воздействия на обучаемых В) Контроль двигательной деятельности Г) Контроль эффекта воздействия
138.	– контроль формирования и совершенствования двигательных умений и навыков; – контроль объёма и характера нагрузок и отдыха – контроль взаимодействия обучаемых – контроль функционального состояния организма	А) Педагогический контроль Б) Контроль внешних факторов воздействия на обучаемых В) Контроль двигательной деятельности Г) Контроль эффекта воздействия
139.	Эффект текущих воздействий (одного или нескольких занятий) Кумулятивный эффект ФВ. Текущий эффект предполагает наличие изменений после выполнения Ф.У. или в конце занятий.	А) Педагогический контроль Б) Контроль внешних факторов воздействия на обучаемых В) Контроль двигательной деятельности Г) Контроль эффекта воздействия
140.	Контролируется объем изученных двигательных действий по программе с учётом особенностей этапа обучения	А) Проверка и оценка двигательных умений и навыков, полученных на уроках Б) Проверка и оценка уровня физ. качеств. В) Проверка проводится в одинаковых условиях Г) Контроль функционального

		состояния учащихся
141.	Основное средство определения уровня развития являются ФУ (тесты) могут применяться ТСО : динамометры, тренажёры.	А) Проверка и оценка двигательных умений и навыков, полученных на уроках Б) Проверка и оценка уровня физ. качеств. В) Проверка приводится в одинаковых условиях Г) Контроль функционального состояния учащихся
142.	Контроль проводить на стыке двух последующих разделов освоения программы. Основной метод контроля ФУ у учащихся – соревновательный	А) Проверка и оценка двигательных умений и навыков, полученных на уроках Б) Проверка и оценка уровня физ. качеств. В) Проверка приводится в одинаковых условиях Г) Контроль функционального состояния учащихся
143.	Контроль внешних объективных признаков состояния учеников (работоспособность, поведения, внешний вид). Методы контроля 3. общепедагогические, визуальные. 4. самооценка учениками своего состояния (самочувствия, настроения, готовность к действию).	А) Проверка и оценка двигательных умений и навыков, полученных на уроках Б) Проверка и оценка уровня физ. качеств. В) Проверка приводится в одинаковых условиях Г) Контроль функционального состояния учащихся
144.	1. Контроль направляющих начал и параметров воздействия.(факторов воздействия “на воспитываемых”) 2. Контроль “объекта и эффекта воздействий” т.е. контроль состояния воспитываемых	А) Основные слагаемые и основы контроля Б) Контроль факторов, воздействующих на воспитуемых в процессе ФВ В) Контроль внешнесредовых факторов условий занятий Г) Контроль двигательной деятельности и непосредственно связанных нею взаимодействий воспитываемых Д) Контроль динамики функциональных сдвигов в организме занимающихся, эффекта текущих воздействий и общих результатов ФВ. 3) Физкультурный самоконтроль
145.	– те, что исходят непосредственно от педагога; – те, что оказывают условия внешней среды;	А) Основные слагаемые и основы контроля Б) Контроль факторов, воздействующих на воспитуемых в

	– те, что проистекают из деятельности и воздействий воспитываемых	<p>процессе ФВ</p> <p>В) Контроль внешнесредовых факторов условий занятий</p> <p>Г) Контроль двигательной деятельности и непосредственно связанных нею взаимодействий воспитываемых</p> <p>Д) Контроль динамики функциональных сдвигов в организме занимающихся, эффекта текущих воздействий и общих результатов ФВ.</p> <p>З) Физкультурный самоконтроль</p>
146.	Проверка состояния “искусственной среды” – гигиену мест занятий, оборудования, инвентаря, экипировки; Метеорологическую обстановку естественной среды, климат, высокогорье, солнечную температуру;	<p>А) Основные слагаемые и основы контроля</p> <p>Б) Контроль факторов, воздействующих на воспитуемых в процессе ФВ</p> <p>В) Контроль внешнесредовых факторов условий занятий</p> <p>Г) Контроль двигательной деятельности и непосредственно связанных нею взаимодействий воспитываемых</p> <p>Д) Контроль динамики функциональных сдвигов в организме занимающихся, эффекта текущих воздействий и общих результатов ФВ.</p> <p>З) Физкультурный самоконтроль</p>
147.	Аспекты контроля: Как объект формирования и совершенствования; Как фактор, воздействующий на свойства субъекта деятельности; Как эффект педагогически направленных воздействий	<p>А) Основные слагаемые и основы контроля</p> <p>Б) Контроль факторов, воздействующих на воспитуемых в процессе ФВ</p> <p>В) Контроль внешнесредовых факторов условий занятий</p> <p>Г) Контроль двигательной деятельности и непосредственно связанных нею взаимодействий воспитываемых</p> <p>Д) Контроль динамики функциональных сдвигов в организме занимающихся, эффекта текущих воздействий и общих результатов ФВ.</p> <p>З) Физкультурный самоконтроль</p>
148.	Предполагает учет и анализ не одного, а совокупности ряда показателей состоящих из самооценки	<p>А) Основные слагаемые и основы контроля</p> <p>Б) Контроль факторов,</p>

	занимающимися своего состояния (самочувствия, настроения, усталости, готовности к действию) определяется в баллах и словесно-описательно.	воздействующих на воспитуемых в процессе ФВ В) Контроль внешнесредовых факторов условий занятий Г) Контроль двигательной деятельности и непосредственно связанных нею взаимодействий воспитываемых Д) Контроль динамики функциональных сдвигов в организме занимающихся, эффекта текущих воздействий и общих результатов ФВ. З) Физкультурный самоконтроль
149.	Самооценку готовности к действию; Самопроверку ориентировочной основы действий; Текущее контролирование движений; Самооценку степени испытываемых нагрузок; Самоконтроль поведения; Самоконтроль оценки восстановительных процессов (анализ общего самочувствия)	А) Основные слагаемые и основы контроля Б) Контроль факторов, воздействующих на воспитуемых в процессе ФВ В) Контроль внешнесредовых факторов условий занятий Г) Контроль двигательной деятельности и непосредственно связанных нею взаимодействий воспитываемых Д) Контроль динамики функциональных сдвигов в организме занимающихся, эффекта текущих воздействий и общих результатов ФВ. З) Физкультурный самоконтроль
150.	Совокупность методических и организационно-методических установок, определяющих на конкретный отрезок времени конкретные задачи, подбор, компоновку и порядок задействования наиболее целесообразных средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий спортивной подготовки.	А) Технология планирования в спорте Б) Перспективное планирование в спорте В) Текущее планирование в спорте Г) Оперативное планирование в спорте
151.	Многолетний план подготовки спортсменов (командный и индивидуальный). Он составляется на различные сроки в зависимости от возраста, уровня подготовленности спортсменов, их спортивного стажа	А) Технология планирования в спорте Б) Перспективное планирование в спорте В) Текущее планирование в спорте Г) Оперативное планирование в спорте
152.	Формы составления месячных и недельных планов могут быть различны.	А) Технология планирования в спорте

	Опыта практической работы тренера. Системы нескольких недельных микроцикловых планов.	Б) Перспективное планирование в спорте В) Текущее планирование в спорте Г) Оперативное планирование в спорте
153.	Документ, в котором раскрываются направленность, содержание, порядок, последовательность и сроки осуществления тренировочных и вне тренировочных заданий, связанных с достижением поставленных тренером и спортсменом целей — ближних, промежуточных или отдалённых	А) Технология планирования в спорте Б) Перспективное планирование в спорте В) Текущее планирование в спорте Г) Оперативное планирование в спорте
154.	Оценка тренировочных и соревновательных нагрузок,; Оценка состояния спортсменов, их подготовленность (физическая, техническая и др.), спортивные результаты спортсменов и их поведение на соревнованиях.	А) Контроль в подготовке спортсменов Б) Контроль над тренировочными и соревновательными нагрузками В) Контроль над технической подготовленностью Г) Содержание и методика составления тактического плана выступления спортсмена в соревнованиях
155.	Специализированная нагрузка, Координационная сложность нагрузки, Направленность нагрузки	А) Контроль в подготовке спортсменов Б) Контроль над тренировочными и соревновательными нагрузками В) Контроль над технической подготовленностью Г) Содержание и методика составления тактического плана выступления спортсмена в соревнованиях
156.	Оценивается объем, разносторонность, эффективность и освоенность техники движений.	А) Контроль в подготовке спортсменов Б) Контроль над тренировочными и соревновательными нагрузками В) Контроль над технической подготовленностью Г) Содержание и методика составления тактического плана выступления спортсмена в соревнованиях
157.	Программа основных действий отдельных спортсменов или команды. Он составляется в процессе подготовки к соревнованиям и окончательно уточняется к моменту начала соревнований.	А) Контроль в подготовке спортсменов Б) Контроль над тренировочными и соревновательными нагрузками В) Контроль над технической подготовленностью Г) Содержание и методика

		составления тактического плана выступления спортсмена в соревнованиях
158.	Подразумевает проверку выполнения запланированной программы подготовки. Оцениваются показатели: степень реализации основной и промежуточной цели подготовки спортсменов.	А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль В) Текущий контроль Г) Оперативный контроль
159.	Предполагает регулярную регистрацию ряда показателей в начале и в конце годового цикла.	А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль В) Текущий контроль Г) Оперативный контроль
160.	Позволяет оценить повседневные изменения в состоянии спортсмена, его подготовленности, определить параметры нагрузки в микроциклах	А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль В) Текущий контроль Г) Оперативный контроль
161.	Предназначен для срочной оценки функционального состояния спортсмена, его поведения, техники движений после выполнения упражнения, серии упражнений, тренировочного занятия.	А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль В) Текущий контроль Г) Оперативный контроль
162.	Материалы учёта служат показателями выполнения плана, помогают уточнить и исправить его. Используется для совершенствования и повышения эффективности тренировочного процесса	А) Дневник своих тренировок Б) Поэтапный учёт В) Текущий учёт Г) Оперативный учёт
163.	Проводится в начале и конце этапа, периода, годового цикла. В первом случае он называется предварительным, во втором — заключительным	А) Дневник своих тренировок Б) Поэтапный учёт В) Текущий учёт Г) Оперативный учёт
164.	Включает регистрацию посещаемости занятий и пройденного материала, определение показателей тренировочного процесса (средств, методов, величины тренировочных и соревновательных нагрузок и т.д.), оценку состояния здоровья и подготовленности спортсмена.	А) Дневник своих тренировок Б) Поэтапный учёт В) Текущий учёт Г) Оперативный учёт
165.	Данные позволяют получать необходимую информацию об изменениях в состоянии занимающихся, условиях, содержании и характере тренировки во время проведения занятия. Эти сведения необходимы для рационального управления тренировочным процессом.	А) Дневник своих тренировок Б) Поэтапный учёт В) Текущий учёт Г) Оперативный учёт
166.	– сбор мнений спортсменов и тренеров; – анализ рабочей документации	А) Контроль направлен на сбор, оценивание и анализ необходимой информации о реальном ходе

	<p>тренировочного процесса; – пед. наблюдения во время тренировки и соревнований определение и регистрация показателей, характеризующих деятельность спортсменов на тренировочных занятиях (хроном., пульса, динамометрия, и т. д.); – тесты (контроль испытания) различных сторон подготовленности.</p>	<p>тренировочного процесса и состояния спортсмена Б) Контроль нагрузок В) Контроль над физ. подготовленностью Г) Контроль над технической подготовленностью</p>
167.	<p>Специализированная нагрузка Координационная сложность нагрузки, Направленность нагрузки Величина нагрузки</p>	<p>А) Контроль направлен на сбор, оценивание и анализ необходимой информации о реальном ходе тренировочного процесса и состояния спортсмена Б) Контроль нагрузок В) Контроль над физ. подготовленностью Г) Контроль над технической подготовленностью</p>
168.	<p>Включает измерение уровня развития силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и связанных с ними способностей. Методом контроля в этом случае является тестирование.</p>	<p>А) Контроль направлен на сбор, оценивание и анализ необходимой информации о реальном ходе тренировочного процесса и состояния спортсмена Б) Контроль нагрузок В) Контроль над физ. подготовленностью Г) Контроль над технической подготовленностью</p>
169.	<p>Заключается в оценке того что умеет делать спортсмен и как он выполняет основные движения – хорошо или плохо, эффективно, результативно или нерезультативно.</p>	<p>А) Контроль направлен на сбор, оценивание и анализ необходимой информации о реальном ходе тренировочного процесса и состояния спортсмена Б) Контроль нагрузок В) Контроль над физ. подготовленностью Г) Контроль над технической подготовленностью</p>
170.	<p>Оцениваются показатели: степень реализации основной и промежуточной цели подготовки спортсменов (спортивные результаты на соревнованиях; физическая, техническая и функциональная подготовленность; выполнение плана тренировочных и соревновательных нагрузок)</p>	<p>А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль В) Текущий контроль Г) Учёт</p>
171.	<p>Вид контроля включает анализ спортивных результатов и его</p>	<p>А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль</p>

	составляющих элементов соревновательной деятельности, анализ данных о тренировочных и соревновательных нагрузках, , оценку уровня общей и специальной физической подготовленности по данным тестирования физических способностей.	В) Текущий контроль Г) Учёт
172.	Позволяет оценить повседневные изменения в состоянии спортсмена, его подготовленности, определить параметры нагрузки в микроциклах, длительность которых в разных видах спорта колеблется от 5 до 14 дней	А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль В) Текущий контроль Г) Учёт
173.	Одно из важнейших условий эффективного планирования спортивной тренировки.	А) Годичный контроль Б) Поэтапный контроль В) Текущий контроль Г) Учёт

4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

4.2.1 Вопросы к зачёту

1. Квалификационные характеристики специалиста физической культуры
2. Виды и формы деятельности специалиста
3. Компоненты профессиональной деятельности специалиста.
4. Планирование физического воспитания (сущность, требования, аспекты планирования)
5. Виды и формы планирования.
6. Документы планирования в школе.
7. Контроль в физическом воспитании (определение, требования и направления контроля).
8. Виды контроля.
9. Контроль двигательной деятельности учеников на уроке физической культуры.
10. Способы оценки техники выполнения упражнений.
11. Оценка уровня физических качеств и требования к тестам.
12. Способы оценки функционального состояния учеников на уроке физической культуры.
13. Самоконтроль занимающихся.
14. Общая и моторная плотность урока;
15. Хронометраж и пульсометрия урока;
16. Регулирование и контроль нагрузки на уроке.
17. Подготовка учителя к уроку:
18. План-конспект урока физической культуры.
19. Педагогический анализ урока физической культуры. Контроль в спортивной тренировке (предмет контроля, типы контроля)
20. Общеподготовительные специально-подготовительные и соревновательные упражнения, как основное средство спортивной тренировки.
21. Ближайший, оставленный и кумулятивный эффект тренировки; их отличительные признаки и взаимосвязь.
22. Нагрузка и отдых, как компоненты тренировочного процесса.
23. Функции и типы интервалов отдыха в тренировочном процессе.

24. Средства и методы наглядно-информационного и сенсорно-коррекционного воздействия в подготовке спортсмена.
25. Направленность к высшим достижениям, углублённая специализация и индивидуализация, как закономерные черты подготовки спортсмена.
26. Диалектическая взаимосвязь различных сторон подготовки спортсмена; основные положения принципа единства общей и специальной подготовки спортсмена.
27. Непрерывность как закономерность тренировочного процесса подготовки; основные положения принципа непрерывности.
28. Постепенность и предельность, неординарная волнообразность динамики нагрузок, как закономерности лежащие в основе подготовки спортсмена.
29. Структура малых тренировочных циклов и их типы.
30. Структура средних типов тренировки и их типы.
31. Структура макроциклов и факторы определяющие её построение.
32. Задачи, содержание и особенности занятий в подготовительный период тренировки.
33. Задачи, содержание и особенности методики занятий в соревновательный период.
34. Задачи, особенности методики занятий в переходном периоде спортивной тренировки.
35. Спортивная тренировка как многолетний процесс.

4.2.2 Вопросы для подготовки к экзамену – не предусмотрены

4.2.3 Практические задания к экзамену – не предусмотрены

4.4.4 Экзаменационные билеты по дисциплине– не предусмотрены

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1 Основная литература

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 441 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04707-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/C17B2155-951C-4710-9022-F499C5E896C2.
2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 254 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04705-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/3028496E-E223-438B-8BD7-D3CA1402E191.
3. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 224 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/807F7EDA-AEA9-4B96-85B7-0DD2A5376984.
4. Лесгафт, П. Ф. Педагогика. Избранные труды / П. Ф. Лесгафт. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 375 с. — (Серия : Антология мысли). — ISBN 978-5-9916-9625-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/FD5B3A31-9D26-407D-A364-746EE687DC14.

5. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 493 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-6687-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/EE96FDA7-F69C-4BB6-8597-4092C82694CB.

5.2 Дополнительная литература

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для академического бакалавриата / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 240 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-02432-6. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E371508A-957B-43C0-A1CE-C205DAA3974A

2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева

3. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для вузов / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 127 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04499-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/01ADADA4-9DB1-4B54-9AF2-99F20691EF31.

4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 247 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04766-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E1AAA76D-3A38-4A16-AADA-DADEB608ECB1.

5. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 424 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/AE7D793C-0120-4F4B-A338-4F2F27A41C8F.

6. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для академического бакалавриата / С. С. Филиппов. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 242 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03673-2. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/A7274F99-AF93-4EDF-95C6-364268AFF6DD

5.3 Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура. — URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34077976>

2. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. — URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=56927>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. — URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34076323>

4. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=27127>

5. Теория и практика физической культуры. — URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34113949>

6. Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. — URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822>

7. Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]. — URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51351>

8. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: <http://elibrary.ru/content.asp?titleid=51013>

9. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/content.asp?titleid=28661>

10. Экстремальная деятельность человека. - URL: <http://www.extreme-edu.ru/magazine>

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.

3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.

4. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.

5. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.

6. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: <http://dlib.eastview.com>.

7. КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.

8. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru>.

10. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.

11. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

12. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. –

URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

13. Российское образование : федеральный портал. – URL: <http://www.edu.ru/>.

14. Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки [авторефераты – в свободном доступе] : сайт. – URL: <http://diss.rsl.ru/>.

15. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» [на базе Российской государственной библиотеки] : сайт. – URL: <http://xn--90ax2c.xn--p1ai/>.

16. Academia : видеолекции ученых России на телеканале «Россия К» : сайт. – URL: http://tvkultura.ru/brand/show/brand_id/20898/.

17. Лекториум : видеокolleкции академических лекций вузов России : сайт. – URL: <https://www.lektorium.tv>.

18. Университетская библиотека онлайн : электронная библиотечная система : сайт. – URL: <http://biblioclub.ru>.

19. Федерация спортивной гимнастики России : сайт. – URL: <http://sportgymrus.ru/>

20. Физическая культура и спорт // Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система : сайт. – URL: http://window.edu.ru/catalog/?p_rubr=2.2.74.14.

7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

При изучении дисциплины «Планирование и контроль ФКиС», тестовые задания и текущий контроль знаний, выполнение практических работ. В начале изучения обучающийся должен ознакомиться с рабочей учебной программой дисциплины и её основными разделами такими, как цели и задачи дисциплины, перечень знаний, умений и владений (компетенций), приобретаемых при ее изучении, содержание и структура дисциплины, система оценивания по дисциплине, рекомендуемая литература, и др.

Важное значение для освоения данной дисциплины имеет ознакомление с календарным графиком прохождения дисциплины, который включает перечень необходимых для выполнения аудиторных практических заданий, домашних заданий, контрольных опросов. В процессе изучения дисциплины обучающийся должен соблюдать сроки выполнения всех учебных заданий, предусмотренных этим графиком.

Особое внимание следует обратить на рейтинговую систему оценивания по дисциплине, которая включает оценку выполнения всех учебных заданий в рейтинговых баллах. На лекциях обучающемуся рекомендуется внимательно слушать учебный материал, записывать основные моменты, идеи, пытаться сразу понять главные положения темы, а если что неясно - делать соответствующие пометки. После лекции во внеурочное время целесообразно прочитать записанный материал с целью его усвоения и выяснения непонятных вопросов.

Обучающийся должен тщательно готовиться к практическим занятиям путём проработки теоретических положений по теме занятия из конспекта лекций, рекомендуемых учебников, учебных пособий, дополнительной литературы, интернет-источников, сделать необходимые записи. При этом обязательно следует изучить соответствующий раздел методических рекомендаций преподавателя к практическим занятиям и самостоятельной работе, проработать алгоритм и содержание его выполнения.

При изучении дисциплины обучающийся должен в первую очередь освоить основные термины, понятия и положения данной дисциплины, чтобы опираясь на них разобраться в учебном материале и освоить необходимые знания, умения и владения (компетенции).

Обучающемуся следует тщательно готовиться к модульному тестированию,

контрольным опросам, решению задач и кейсов прорабатывая конспект лекций и рекомендуемую литературу, а также подготовке реферата.

На практических занятиях необходимо выполнять все указания преподавателя по выполнению практических заданий (задач, этапов работы), активно участвовать в обсуждении теоретических аспектов занятия и обсуждении хода его выполнения.

Таким образом, обучающийся может освоить данную дисциплину и приобрести необходимые знания, умения и владения (компетенции), своевременно и правильно выполняя все предусмотренные учебные задания.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

Учебное издание

Соколов Александр Сергеевич

ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Методические материалы к изучению дисциплины и организации самостоятельной работы
для студентов 1-го курса
бакалавриата, обучающихся по направлению подготовки 44.03.01
Педагогическое образование
профиль подготовки Физическая культура
очной и заочной форм обучения

Подписано в печать 05.11.2018.
Формат 60x84/16. Бумага типографская. Гарнитура «Таймс».
Усл. п. л. 3,00. Уч.-изд. л. 2,42
Тираж 50 экз. Заказ № 1109

Филиал Кубанского государственного университета в г. Славянске–на–Кубани
353560, Краснодарский край, г. Славянск–на–Кубани, ул. Кубанская, 200

Отпечатано в издательском центре
филиала Кубанского государственного университета в г. Славянске–на–Кубани
353560, Краснодарский край, г. Славянск–на–Кубани, ул. Коммунистическая, 2