

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ"

УТВЕРЖДАЮ  
Директор по довузовскому и  
дополнительному профессиональному  
образованию  
С.Ю. Кустов  
2021 г.  
М.П.  
(на основании решения ученого совета  
от 25 июня 2021 г. (протокол №12)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА -  
ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ОСНОВНОГО ОБЩЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ И ФГОС СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ»

**Объем в часах:** 108 часов

**Форма обучения:** очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий

**Организация обучения:** 3-4 недели, непрерывно

г. Краснодар

2021 г.

Разработчик программы:

Соколов Александр Сергеевич к. пед. н, доцент



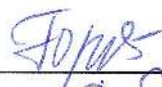
Программа рекомендована к реализации на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры (Протокол от 17 июня 2021 года № 11 прилагается).

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_



Лукьяненко М.А.

Руководитель Центра ДПО \_\_\_\_\_



Юрьева Г. П.

Руководитель ИППК \_\_\_\_\_



Ткач Д.С.

## **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

- Приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;

- Методические рекомендации-разъяснения по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов (письмо Минобрнауки России от 22 апреля 2015 года № ВК-1032/06);

- Методические рекомендации по реализации дополнительных профессиональных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и в сетевой форме (письмо Минобрнауки России от 21 апреля 2015 года № ВК-1013/06);

- Методические рекомендации по итоговой аттестации слушателей (письмо Минобрнауки России от 30 марта 2015 года № АК-820/06).

- Нормативные документы по организации учебного процесса в КубГУ (<https://www.kubsu.ru/ru/node/24>):

- Положение о разработке и утверждении дополнительных профессиональных программ в ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», утвержденного приказом ректора от 07 сентября 2016 года № 1242;

- Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам в ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», утвержденное решением ученого совета (протокол от 28 сентября 2016 года № 2);

- Положение о внутренней оценке качества дополнительных профессиональных программ и их результатов, утвержденное приказом ректора от 18.04.2019 года, №595);

- Положение об организации итоговой аттестации по дополнительным профессиональным программам, утвержденное решением ученого совета КубГУ (протокол от 27 января 2017 года № 6);

- Локальные нормативные акты КубГУ, регулирующие реализацию образовательной деятельности в сфере дополнительного профессионального образования.

Программа разработана на основе:

- Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18.10.2013 № 544н (с изменениями и дополнениями), зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 №30550);

- Требований ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата, профиль «Физическая культура») к результатам освоения программы, утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 121, зарегистрировано в Минюсте России 11.03.2018 № 50362 (с изменениями и дополнениями).

### **1.2. Область применения программы**

Актуальность настоящей программы обусловлена требованиями профессиональных педагогических сообществ, потребностями лиц и организаций, по инициативе которых она разрабатывается и реализуется.

Настоящая программа предназначена для учителей-предметников (физической культуры) и направлена на совершенствование у слушателей компетенций, необходимых им для выполнения вида профессиональной деятельности, связанной с преподаванием физической культуры в общеобразовательных организациях.

### **1.3. Требования к слушателям (категории слушателей)**

Повышение квалификации могут проходить лица, имеющие высшее образование или получающие высшее образование в области преподавания физической культуры в общеобразовательных организациях.

### **1.4. Цель, планируемые результаты обучения**

**1.4.1.** В процессе обучения осуществляется качественное изменение в рамках имеющейся квалификации профессиональных компетенций, необходимых для реализации образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями ФГОС ООО на основе применения современных методик и технологий обучения и воспитания, методов диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса.

**1.4.2. Цель обучения:** совершенствование у слушателей компетенций, необходимых для выполнения вида профессиональной деятельности, связанной с преподаванием физической культуры в соответствии с ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования.

**1.4.3. Программа направлена на совершенствование следующих профессиональных компетенций:**

ПК 1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения

ПК 2. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия

**1.4.4. Слушатель в результате освоения программы должен:**

**иметь практический опыт:**

- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;

- проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;

**уметь:**

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов,

- строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учётом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;

- организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с поставленными целями и задачами;

- проводить занятия с учетом контингента занимающихся;

**знать:**

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;

- формы и методы организации физкультурно-спортивных занятий и мероприятий;

- особенности проведения занятий с различными возрастными группами населения.

**1.5. Режим занятий:** 6-8 часов в неделю.

**1.6. Документ, выдаваемый по результатам освоения программы** – документ о квалификации: удостоверение о повышении квалификации установленного образца

**1.7.** Программа разработана на основе **модульно-компетентностного подхода** и состоит из 3 профессиональных модулей.

Модуль 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта».

Модуль 2 «Физическое воспитание в образовательных учреждениях с учетом ФГОС основного общего и среднего общего образования».

Модуль 3 «Теория и методика спортивной тренировки».

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование модулей и дисциплин	Всего часов учебной нагрузки (трудоемкость)	Аудиторные часы	в том числе				Самостоятельная работа	Практика (стажировка)	Форма промежуточного и итогового контроля
				Лекции	Практические занятия	Консультации	Итоговая аттестация			
<b>1.</b>	<b>Модуль 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта»</b>	<b>28</b>	<b>18</b>	<b>10</b>	<b>8</b>			<b>10</b>		тестирование
1.1	Теория и методика физической культуры и спорта	18	12	6	6			6		
1.2	Физиологические основы физического воспитания	10	6	4	2			4		
<b>2.</b>	<b>Модуль 2 «Физическое воспитание в образовательных учреждениях с учетом ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования»</b>	<b>52</b>	<b>32</b>	<b>18</b>	<b>14</b>			<b>20</b>		тестирование
2.1	Педагогические аспекты физкультурно-спортивной деятельности	10	6	4	2			4		
2.2	Нормативно-правовое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности в условиях ФГОС основного общего образования и ФГОС среднего общего образования	10	4	2	2			6		
2.3	Современные педагогические технологии физкультурного образования	12	6	4	2			6		
2.4	Организация и проведение физкультурно-спортивных занятий по базовым видам дисциплины «Физическая культура» с учетом ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования	20	16	8	8			4		
<b>3.</b>	<b>Модуль 3 «Теория и методика спортивной тренировки»</b>	<b>26</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>			<b>12</b>		тестирование
3.1	Методические основы спорта	14	8	6	2			6		
3.2	Управление процессом спортивной тренировки	12	6	4	2			6		
<b>4.</b>	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				<b>2</b>			экзамен
<b>Всего часов по программе</b>		<b>108</b>	<b>66</b>	<b>38</b>	<b>26</b>		<b>2</b>	<b>42</b>		

### 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Компоненты программы	Аудиторные занятия				Внеаудиторная (самостоятельная) работа			
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>Модуль 1</b> «Теоретические основы физической культуры и спорта»	<b>16</b>	<b>2</b>			<b>10</b>			
Теория и методика физической культуры и спорта	12				6			
Физиологические основы физического воспитания	4	2			4			
<b>Модуль 2</b> «Физическое воспитание в образовательных учреждениях с учетом ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования»		<b>14</b>	<b>16</b>	<b>2</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	
Педагогические аспекты физкультурно-спортивной деятельности		6				4		
Нормативно-правовое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности в условиях ФГОС основного общего образования и ФГОС среднего общего образования		4				6		
Современные педагогические технологии физического образования школьников основной и средней школы		4	2				6	
Организация и проведение физкультурно-спортивных занятий по базовым видам дисциплины «Физическая культура» с учетом ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования			14	2			4	
<b>Модуль 3</b> «Теория и методика спортивной тренировки»				<b>14</b>				<b>12</b>
Методические основы спорта				8				6
Управление процессом спортивной тренировки				6				6
Итоговая аттестация				2				
<i>Итого аудиторной нагрузки в неделю</i>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>18</b>				
<i>Итого самостоятельной работы в неделю</i>					<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>12</b>
<b>Всего часов</b>	<b>66</b>				<b>42</b>			

#### 4. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ (ПРЕДМЕТОВ, ДИСЦИПЛИН)

Наименование дисциплин, (тем) программы	Содержание учебного материала, практические занятия, внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа	Объем часов	
1	2	3	
<b>Модуль 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта»</b>			
<b>Тема 1.1 Теория и методика физической культуры и спорта</b>	<b>Содержание</b>	<b>Уровень освоения</b>	<b>Кол-во часов на всю тему</b>
			<b>18</b>
	<b>Теоретические основы физического воспитания школьников.</b> Физические упражнения как ведущее средство физкультурного образования: характеристика его сущности, содержания и форм. Классификация физических упражнений по различным критериям. Общая характеристика методов физкультурного образования. Методы регулирования физической нагрузки. Метод физического упражнения: сущность и разновидности метода физического упражнения при обучении движениям.	2	9
	<b>Основы развития координационных и кондиционных качеств школьников.</b> Классификация координационных способностей: реагирующей, дифференцировочной, к сохранению равновесия, ориентационной, ритмической и к переключению. Сенситивные периоды развития координационных способностей. Методика развития координационных способностей. Классификация координационных способностей: сила, скорость, скоростно-силовые, гибкость, выносливость. Методика развития кондиционных способностей.	2	9
	<b>Тематика учебных занятий</b>		12
	<i>1 Лекция «Принципы, средства и методы физического воспитания школьников».</i>	2	2
	<i>2 Лекция «Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта. Основы развития физических способностей» .</i>	2	2
	<i>3 Лекция «Основы обучения двигательным действиям»</i>	2	2
	<i>4. Практическое занятие «Характеристика ведущих частей системы физкультурного образования».</i>	2	2
<i>5. Практическое занятие «Методы регулирования физической нагрузки и эффекты физических упражнений».</i>	2	2	
<i>6. Практическое занятие «Характеристика этапов обучения двигательным действиям. Контроль за развитием физических качеств».</i>	2	2	

	<b>Самостоятельная работа</b>		6
	<i>Тема 1 «Особенности отдельных (не урочных) форм занятий в физкультурной практике».</i>	2	2
	<i>Тема 2 «Соревновательные формы занятий в физкультурной практике учащихся».</i>	2	2
	<i>Тема 3 «Внеклассная работа по физическому воспитанию».</i>	2	2
<b>Тема 1.2 Физиологические основы физического воспитания</b>	<b>Содержание</b>		10
	<b>Физиология физического воспитания.</b> Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация. Разминка и вработывание. Виды работы по мощности. Понятие о физической работоспособности. Резервы физической работоспособности.	2	5
	<b>Физиология адаптации и восстановления.</b> Факторы утомления и состояния функций организма. Предутомление, хроническое утомление и переутомление. Физиологические механизмы восстановительных процессов. Физиологические закономерности восстановительных процессов. Физиологические мероприятия повышения эффективности восстановления.	2	5
	<b>Тематика учебных занятий</b>		6
	<i>1 Лекция «Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Состояния организма при спортивной деятельности».</i>	2	2
	<i>2 Лекция «Физиологические механизмы развития утомления. Характеристика процессов восстановления».</i>	2	2
	<i>3. Практическое занятие (название темы в кавычках)</i>	2	2
	<b>Самостоятельная работа:</b>		4
<i>Тема 1 «Акселерация и ретардация роста и развития детей и подростков».</i>	2	4	
<b>Тема 2.1 Педагогические аспекты физкультурно-спортивной деятельности</b>	<b>Содержание</b>		10
	<b>Введение в педагогику физической культуры и спорта.</b> Основные принципы и средства воспитания в физкультурно-спортивной деятельности. Реализация комплексного подхода к формированию личности при занятиях ФК и С. Значение коллектива для решения учебно-воспитательных задач при занятиях физической культурой и спортом. Особенности гражданского и патриотического воспитания в спорте в современных условиях.	2	5
	<b>Специфика деятельности и требования к личности специалиста в сфере Физической культуры в условиях ФГОС ООО и ФГОС СОО.</b> Педагогический авторитет как составляющая педагогического мастерства. Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура как основные составляющие компоненты. Профессионально-значимые особенности специалиста в области ФК и С. Педагогическое мастерство и творческая стратегия деятельности педагога.	2	5

	<b>Тематика учебных занятий</b>		6
	1 Лекция «Особенности педагогических процессов в физической культуре и спорте».	2	2
	2 Лекция «Профессионально значимые компетенции специалиста по физической культуре»	2	2
	3. Практическое занятие «Требования к результатам изучения предмета «Физическая культура» в рамках ФГОС основного общего и среднего общего образования».	2	2
	<b>Самостоятельная работа:</b>		4
	Тема 1 «Анализ технологических подходов к формированию универсальных учебных действий на основе развивающего обучения».	2	2
	Тема 2 «Диагностика уровня воспитанности школьников и требования к планированию воспитательной работы».	2	2
<b>Тема 2.2</b> <b>Нормативно-правовое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности в условиях ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования</b>	<b>Содержание</b>		10
	<b>Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».</b> Основные положения статей 10, 11, 15. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях».	2	5
	<b>Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».</b> Основные положения статей 30, 28, 8 (ч.1).	2	5
	<b>Тематика учебных занятий</b>		4
	1 Лекция «Законодательные и нормативные основы организации физкультурного образования в образовательных учреждениях в условиях стандартов нового поколения».	2	2
	2. Практическое занятие «Программно-нормативные, организационно-правовые и идейно-мировоззренческие основы системы физической культуры».	2	2
	<b>Самостоятельная работа:</b>		6
	Тема 1 «Анализ содержания дисциплины «Физическая культура» в стандарте основного общего образования второго поколения (ФГОС ООО)».	2	3
	Тема 2 «Анализ современных программ по физическому воспитанию (комплексные, парциальные, специализированные)».	2	3
<b>Тема 2.3</b> <b>Современные педагогические технологии физкультурного образования</b>	<b>Содержание</b>		12
	<b>Инновации в сфере физической культуры и спорт.</b> Понятие Инновация. Направления инновационной деятельности. Сущность педагогических инноваций.	2	6
	<b>Современные технологии физкультурного образования.</b> Концептуальные подходы к физкультурному образованию. Технология уровневой дифференциации. Технология продуктивного взаимодействия учащихся. Информационно-коммуникативные технологии в физическом воспитании.	2	6

	<b>Тематика учебных занятий</b>		6
	1 Лекция «Инновации в физкультурном образовании».	2	2
	2. Лекция «Проблемные и поисковые методы обучения в физкультурном образовании. Методы организации учебного взаимодействия».	2	2
	3. Практическое занятие «Использование компьютерных технологий в физическом воспитании».	2	2
	<b>Самостоятельная работа:</b>		6
	Тема 1 «Технология уровневой дифференциации. Варианты реализации в школьной образовательной практике».	2	2
	Тема 2 «Технологии продуктивного взаимодействия в процессе физического воспитания».	2	2
	Тема 3 «Использование компьютерных технологий в процессе мониторинга физического здоровья школьников».	2	2
<b>Тема 2.4 Организация и проведение физкультурно-спортивных занятий по базовым видам дисциплины «Физическая культура» с учетом ФГОС ООО и ФГОС СОО</b>	<b>Содержание</b>		20
	<b>Базовые виды спорта в системе физического воспитания.</b> Структура и содержание занятий по легкой атлетике с учетом ФГОС ООО. Структура и содержание занятий по гимнастике с учетом ФГОС ООО. Структура и содержание занятий по спортивным играм с учетом ФГОС ООО. Структура и содержание занятий по единоборствам с учетом ФГОС ООО.	2	20
	<b>Тематика учебных занятий</b>		16
	1 Лекция «Реализация уроков по легкой атлетике с учетом ФГОС основного общего и среднего общего образования».	2	2
	2. Лекция «Реализация уроков гимнастики с учетом ФГОС основного общего и среднего общего образования».	2	2
	3. Лекция «Реализация уроков по спортивным играм с учетом ФГОС основного общего и среднего общего образования».	2	2
	4. Лекция «Реализация уроков по единоборствам с учетом ФГОС основного общего и среднего общего образования».	2	2
	5 Практическое занятие «Характеристика различных способов прыжков в высоту и длину. Траектория общего центра тяжести тела прыгуна в полёте».	2	2
	6 Практическое занятие «Методика преподавания спортивной гимнастики. Акробатика. Опорный прыжок. Перекладина. Бревно. Разновысокие брусья».	2	2
	7 Практическое занятие «Основы обучения двигательным действиям в баскетболе. Основы обучения двигательным действиям в волейболе».	2	2
	8 Практическое занятие «Методика преподавания единоборств в образовательных учреждениях»		2

	<b><i>Самостоятельная работа:</i></b>		4
	<i>Тема 1 «Особенности организации и проведения соревнований. Составление положения о проведении соревнований».</i>		
	<i>Тема 2 «Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий. Требования к местам занятий. Требования к занимающимся».</i>		
<b>Тема 3.1. Методические основы спорта</b>	<b>Содержание</b>		14
	<b>Основы построения процесса спортивной подготовки во внеурочной деятельности школьников.</b> Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах). Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Построение тренировки в больших циклах (макроциклах).	2	14
	<b><i>Тематика учебных занятий</i></b>		8
	<i>1 Лекция «Методика построения занятий и микроциклов».</i>	2	2
	<i>2 Лекция «Методика построения мезоциклов и макроциклов».</i>	2	2
	<i>3 Лекция «Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки».</i>	2	2
	<i>4. Практическое занятие «Структура многолетней подготовки».</i>	2	2
	<b><i>Самостоятельная работа:</i></b>		6
	<i>Тема 1 «Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками».</i>	2	2
	<i>Тема 2 «Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла».</i>	2	2
	<i>Тема 3 «Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке».</i>	2	2
<b>Тема 3.2 Управление процессом спортивной тренировки</b>	<b>Содержание</b>		12
	<b>Особенности управления спортивной подготовкой</b> Понятие управление. Спортивная форма спортсмена. Направления контроля. Отбор в процессе подготовки спортсмена, спортивная ориентация.	2	6
	<b>Планирование тренировочно-соревновательного процесса.</b> Общие положения технологии планирования в спорте. Планирование в годичном цикле.	2	6
	<b><i>Тематика учебных занятий</i></b>		6
	<i>1 Лекция «Технология планирования в спорте».</i>	2	2
	<i>2 Лекция «Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена».</i>	2	2
	<i>3. Практическое занятие «Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки».</i>	2	2

	<b>Самостоятельная работа:</b>		6
	<i>Тема 1 «Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности».</i>	2	2
	<i>Тема 2 «Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле».</i>	2	2
	<i>Тема 3 «Моделирование и другие дополнительные факторы в системе спортивной подготовки».</i>	2	2

## **5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **5.1. Кадровое обеспечение образовательного процесса.**

Реализация программы осуществляется научно-педагогическими работниками кафедры педагогики, психологии и физической культуры КубГУ филиала в г. Славянске-на-Кубани, имеющими степень кандидата педагогических (биологических, психологических и педагогических) наук (3) и опыт работы в системе дополнительного профессионального образования не менее 5 лет.

### **5.2. Материально-техническое обеспечение.**

Реализация программы предполагает наличие учебной аудитории, оснащенной: мультимедиапроектор, компьютер, экран, учебная мебель, доска учебная, наглядные пособия, учебно-методические материалы, выход в Интернет.

Универсальный спортивный зал: баскетбольная и волейбольная площадки; гимнастический зал; шведские стенки; брусья параллельные; теннисные столы; кольца гимнастические; перекладина гимнастическая; гимнастическое бревно; канат; «козел» гимнастический; «конь» гимнастический; мячи, маты, обкладка гимнастическая, стойки для прыжков в высоту, гимнастический мост, барьеры легкоатлетические, табло электронное дистанционное.

### **5.3. Информационное и учебно-методическое обеспечение**

Перечень используемых учебных изданий, дополнительной литературы,  
Интернет-ресурсов

Основные источники:

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 13-е изд., стер. – М. : Академия, 2016. – 495 с. – (Бакалавриат). – ISBN 978-5-4468-2297-3.

2. Фомин, Е.В. Волейбол: начальное обучение : учебное пособие / Е.В.Фомин, Л.В.Булыкина. - М. : Спорт, 2015. - 88 с. : ил. - (Спорт в школе). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906578-2-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430415

3. Футбол: программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва / под общ. ред. В.П. Губы. - М. : Спорт : Человек, 2016. - 208 с. : табл., схем. - Библиогр.: с. 178-180. - ISBN 978-5-906131-61-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430418

4. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарева ; худож. Е. Ильин. - М. : Спорт, 2016. - 456 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>

Дополнительные источники:

1. Макеева, В.С. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / В.С. Макеева ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 132 с. : табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428644>

2. Баранцев, С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников: монография [Электронный ресурс] : монография. — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=5177](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=5177)

3. Годик, М.А. Комплексный контроль в спортивных играх : [научно-методическое издание] / М.А. Годик, А.П. Скородумова. - М. : Советский спорт, 2010. - 336 с. - ISBN 978-5-9718-0470-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210375>; <http://e.lanbook.com/book/4088>.

4. Ланда, Б. Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Б. Х. Ланда ; Ин-т экономики, управления и права. – Казань : Познание, 2014. – 66 с. : табл., схем. – (Готов к труду и обороне). – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>.

Интернет-ресурсы:

1. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1585469>.

2. Теория и практика физической культуры. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1513374>.

3. Физиология человека. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1504633>.

Учебный процесс обеспечен учебной и учебно-методической литературой, нормативной документацией, презентационными материалами, раздаточным материалом:

1. Полянский А.В. Теория и методика легкой атлетики: учеб.-метод. пособие для студентов 1-2 курсов бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения / авт.-сост. А.В. Полянский, С.Б. Полянская. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2016. – 78 с.

2. Полянская С.Б. Теория и методика подвижных игр: учеб.-метод. рекомендации для для студентов 1 курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения / авт.-сост. С.Б. Полянская. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2016. – 56 с.

3. Соколов А.С. Теория и методика гимнастики: сборник упражнений для студентов 3 курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения. Ч. 1 / А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2015. – 80 с.

4. Соколов А.С. Теория и методика гимнастики: сборник упражнений для студентов 3 курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения. Ч. 2 / А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2015. – 83 с.

5. Васин С.Г. Общие основы волейбола: учебно-методическое пособие для студентов 3-4 курсов, обучающихся по направлению подготовки 050100.62 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура», очной формы обучения / С.Г. Васин; Филиал ФГБОУ ВПО «КубГУ» в г. Славянске-на-Кубани. - Славянск-на-Кубани: Филиал ФГБОУ ВПО «КубГУ» в г. Славянске-на-Кубани, 2014. 60 с.

6. Соколов А.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Раздел 1 «Основы физкультурно-спортивной деятельности»: конспекты лекций для студентов 1-2 курсов бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура), 5-го курса бакалавриата заочной формы обучения по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки - Физическая культура, Биология) / сост. А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2017. – 39 с.

7. Соколов А.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Раздел 2 «Основы общей физической подготовки»: конспекты лекций для студентов 3-го курса бакалавриата очной формы обучения по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура), 5-го курса бакалавриата заочной формы обучения по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки - Физическая культура, Биология) / сост. А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2017. – 127 с.

8. Соколов А.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Раздел 3 «Теория и методик физического воспитания»: конспекты лекций для студентов 3-го курса бакалавриата очной формы обучения по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура), 5-го курса бакалавриата заочной формы обучения по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки - Физическая культура, Биология) / сост. А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2017. – 149 с.

9. Соколов А.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Раздел 4 «Теория и методик спорта»: конспекты лекций для студентов 3-го курса бакалавриата очной формы обучения по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура), 5-го курса бакалавриата заочной формы обучения по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки - Физическая культура, Биология) / сост. А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2017. – 136 с.

10. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Теории и методика физической культуры и спорта».

11. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Физиологические основы физического воспитания».

12. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Педагогические аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности».

13. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Современные педагогические технологии физического образования».

14. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Теоретические основы спорта».

15. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Методические основы спорта».

Слушателям обеспечивается доступ к фондам научной библиотеки КубГУ (включая учебную и научную литературу, периодические издания), а также к электронным ресурсам:

<http://kubsu.ru/University/library/resources/Poisk2.php> – электронный каталог

[www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru) – электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE»;

eLibrary.ru - научная электронная библиотека;  
<http://school-collection.edu.ru/> - Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов;  
<http://e.lanbook.com> - Издательство «Лань» - электронно-библиотечная система;  
<http://fcior.edu.ru> - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) Министерства образования и науки России.

#### 5.4. Организация образовательного процесса.

Программа реализуется в очно-заочной форме в течение 4 недель. Режим занятий 8 часов в неделю. Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, оборудованная мультимедийными средствами. Практические занятия проводятся в универсальном спортивном зале. В организации процесса используются различные формы: лекционные, практические занятия, доклады с презентацией, анализ презентации совместно со слушателями, деловая игра, ассоциативный метод, метод ситуационного моделирования, работа в малых группах и др.

Изучение программы завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного экзамена.

#### 5.5. Контроль и оценка результатов освоения дополнительной профессиональной программы

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата		
	Практический опыт	Умения	Знания
ПК 1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения	- определять цели и задачи, планировать проведение, анализировать и оценивать физкультурно-спортивные занятия с различными возрастными группами населения	- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учётом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности	- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся
ПК 2. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	- проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами, разрабатывать предложений по их совершенствованию	- организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с поставленными целями и задачами; - проводить занятия с учетом контингента занимающихся	- формы и методы организации физкультурно-спортивных занятий и мероприятий; - особенности проведения занятий с различными возрастными группами населения

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### Назначение оценочных материалов:

- для проведения итоговой аттестации по программе повышения квалификации «Теория и методика преподавания физической культуры в соответствии с ФГОС основного общего и среднего общего образования» в форме междисциплинарного экзамена.

### I. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Предмет оценивания	Объект оценивания	Показатели оценки
ПК 1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения ПК 2. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные занятия и мероприятия	Объектом оценки результатов освоения программы является продукт деятельности – междисциплинарный экзамен, на котором оценивается степень освоения теоретических компонентов программы, а также уровень овладения профессиональными умениями и навыками при выполнении практических заданий.	Уровень сформированности профессиональных компетенций, предусмотренных программой, который определяется по качеству ответов слушателя на междисциплинарном экзамене и отражается в следующих формулировках: высокий, хороший, достаточный, недостаточный

### Описание организации оценивания и правил определения результатов оценивания

Итоговая аттестация слушателей осуществляется в форме квалификационного экзамена.

Квалификационный экзамен проводится аттестационной комиссией, утвержденной приказом ректора. В состав комиссии входит не менее 3 членов, имеющих ученую степень кандидата/доктора наук. Председателем аттестационной комиссии является представитель сторонней образовательной организации высшего образования, кандидатура которого утверждена решением ученого совета КубГУ.

Квалификационный экзамен проводится в устной форме.

Аттестационная комиссия оценивает:

- уровень освоения обучающимся теоретического компонента программы;
- качество ответа на практические вопросы;
- точность и аргументированность ответов на дополнительные вопросы.

Оценивание результатов междисциплинарного экзамена проводится с использованием аддитивного принципа и осуществляется по 10-балльной шкале. Общее количество баллов складывается:

- 5 баллов – за ответ на теоретический вопрос билета;
- 5 баллов – за ответ на практический вопрос билета.

**ОТЛИЧНО** – выставляется слушателю, показавшему высокий уровень освоения профессиональных компетенций, который свободно ориентируется в излагаемом материале, способен без ошибок ответить на дополнительные вопросы спонтанно, без подготовки; при высказывании на заданную тему не допускает грамматические ошибки, искажающих смысл;

**ХОРОШО** – выставляется слушателю, достаточный уровень освоения профессиональных компетенций, который свободно ориентируется в излагаемом материале, на дополнительные вопросы отвечает с затруднениями; допуская ошибки, сам же их и исправляет; допускает минимальное количество грамматических ошибок;

**УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО** – выставляется слушателю, показавшему недостаточный уровень освоения профессиональных компетенций, предусмотренных программой; на

дополнительные вопросы отвечает с затруднениями, допуская ошибки, искажающие смысл;

**НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО** – выставляется слушателю, показавшему недостаточный уровень освоения профессиональных компетенций, предусмотренных программой; не освоившему существенную часть программного материала, который допускает грубые фонетические и грамматические ошибки при чтении вслух и при высказывании на заданную тему, говорит и читает медленно; допускает ошибки при переводе прочитанного текста; не способен ответить на дополнительные вопросы без подготовки; говорит, используя лишь простые предложения и лексику, не соответствующую требованиям учебной программой по дисциплине.

Результаты междисциплинарного экзамена объявляются слушателям после оформления и подписания протокола заседания аттестационной комиссии.

## **II. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КВАЛИФИКАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА**

### **2.1. Вопросы для квалификационного экзамена:**

1. Принципы физкультурного образования и спорта (общепедагогические, специально педагогические).
2. Характеристика результатов обучения по дисциплине «Физическая культура» учащихся среднего общего образования по ФГОС среднего общего образования
3. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты (основные показатели, разновидности и методы регулирования).
4. Классификация методов применяемых в физическом воспитании.
5. Законодательные основы физического воспитания (ФГОС основного общего и среднего общего образования)
6. Спортивная тренировка: определение, принципы, средства и методы спортивной тренировки.
7. Характеристика результатов обучения по дисциплине «Физическая культура» учащихся основного общего образования по ФГОС основного общего образования
8. Профессионально-значимые особенности специалиста в области ФК и С
9. Сущность педагогических инноваций в физическом воспитании и спорте
10. Современные педагогические технологий в области физической культуры и спорта.
11. Технологическая карта урока по гимнастике. Охарактеризовать части урока, их содержание и задачи.
12. Характеристика формируемых УУД у учащихся среднего школьного возраста
13. Классификация типов уроков физической культуры в соответствии с ФГОС основного общего образования.
14. Технологическая карта урока по волейболу. Охарактеризовать части урока, их содержание и задачи.
15. Организация и проведение внеурочной деятельности по ФГОС основного общего образования и среднего общего образования.
16. Технологическая карта урока по легкой атлетике. Охарактеризовать части урока, их содержание и задачи. .

### **2.2. Практическое задание для выполнения во время экзамена**

1. Разработать комплекс проблемных вопросов по разделу «Волейбол» для учащихся старшего школьного возраста.
2. Разработать комплекс упражнений для развития силовых способностей у учащихся среднего школьного возраста.

3. Разработать подготовительную часть урока по разделу «Гимнастика» в старших классах.
4. Разработать комплекс упражнений типа зарядки для учащихся среднего школьного возраста.
5. Разработать основную часть урока по спортивным играм
6. Разработать проблемные задания (3) по разделу «Баскетбол» для основной школы.
7. Разработать проблемные задания (3) по разделу «Гимнастика» для основной школы.
8. Разработать эстафеты с гимнастическим обручем (3) и гимнастической скакалкой (3).
9. Разработать комплекс упражнений для развития скоростно-силовых способностей для учащихся основной школы.
10. Разработать подготовительную часть урока по разделу «Легкая атлетика» для учащихся старших классов.
11. Разработать эстафеты с баскетбольными мячами (5-6).
12. Разработать встречные эстафеты (5-6).
13. Разработать комплекс упражнений для физкультминутки.
14. Разработать комплекс упражнений для круговой тренировки развития скоростно-силовых способностей.
15. Разработать комплекс упражнений для развития координации для учащихся основной школы.
16. Разработать основную часть занятия для развития общей выносливости для учащихся среднего школьного возраста.

**Условия выполнения задания:**

1. Место выполнения задания: в аудитории.
2. Максимальное время выполнения задания: 30 мин./час.
3. Необходимое оборудование (инвентарь), расходные материалы и прочее: Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. / Лях В.И., Зданевич А.А. – М.: Просвещение, 2014.

**Образцы формирования комплекта оценочных средств для междисциплинарного экзамена:**

**Билет № 1**

1. Спортивная тренировка: определение, принципы, средства и методы спортивной тренировки.
2. Разработать подготовительную часть урока в соответствии с требованиями ФГОС по разделу легкая атлетика для учащихся младших классов.

**Билет № 2**

1. Сущность педагогических инноваций в физическом воспитании и спорте
2. Разработать комплекс упражнений для развития силовых способностей для начального этапа подготовки.

**Билет № 3**

1. Особенности проведения занятий по волейболу с различным контингентом занимающихся.
2. Разработать эстафеты с баскетбольными мячами (5-6).

<b>ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ</b>		
<b>Предмет(ы) оценивания</b>	<b>Показатели оценки</b>	<b>Критерии оценки</b>
Степень освоения теоретических аспектов программы, которую демонстрируют обучающиеся в процессе устного ответа на поставленные вопросы	- систематизированные, глубокие и полные знания теоретических компонентов программы; - умение ориентироваться в научных теориях, концепциях и направлениях, связанных с осваиваемой программой; - точное использование научной терминологии; - логически правильное изложение ответа на вопросы.	5 баллов
	- систематизированные, полные знания теоретических компонентов программы с незначительной погрешностью, не искажающей смысла излагаемого материала; - умение ориентироваться в научных теориях, концепциях и направлениях, связанных с осваиваемой программой; - адекватное использование научной терминологии; - логически правильное изложение ответа на вопросы.	4 балла
	поверхностные знания теоретических компонентов программы; - понимание сущности основных научных теорий, связанных с осваиваемой программой; - слабое владение терминологией; - нарушение последовательности в изложении ответа, неточности в формулировках;	3 балла
	фрагментарные знания теоретических компонентов программы; - грубые искажения в описании научных теорий, связанных с осваиваемой программой; - незнание основных научных терминов.	2 балла
Уровень овладения профессиональными умениями и навыками, демонстрируемые в процессе выполнения практического задания	- материал изложен грамотным языком, с точным использованием терминологии; - показано умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - примеры аргументированы и логично изложены; - соблюдены правила записи и сокращения.	5 баллов
	материал изложен грамотным языком, с использованием терминологии; - приведены примерами; - ответ достаточно структурирован и логически выстроен без нарушений общего смысла. - соблюдены правила записи.	4 балла

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в изложении ответа допущены ошибки в определении понятий и в использовании терминологии;</li> <li>- на дополнительные вопросы отвечает с затруднениями;</li> <li>- допускает минимальное количество ошибок при записи упражнений.</li> </ul>	3 балла
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- не использует терминологию, в изложении ответа допускает значительные ошибки;</li> <li>- на дополнительные вопросы отвечает с затруднениями, допуская ошибки, искажающие смысл;</li> <li>- допускает ошибки при записи упражнений.</li> </ul>	2 балла

### ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ КВАЛИФИКАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА

Баллы	Отметка	Уровень сформированности компетенций
8-10 баллов	отлично	высокий
7-5 баллов	хорошо	хороший
3-4 балла	удовлетворительно	достаточный
2 балла	неудовлетворительно	недостаточный

## КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО МОДУЛЮ 1 «ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

### Назначение оценочных средств:

- для проведения промежуточной аттестации по модулю «Теоретические основы физической культуры и спорта» в форме тестирования.

### I. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Предмет оценивания	Объект оценивания	Показатели оценки
ПК 1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учётом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности.</li> </ul> <p>иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять цели и задачи, планировать проведение, анализировать и оценивать физкультурно-спортивные занятия с различными возрастными группами населения.</li> </ul>	высокий

**Описание организации оценивания и правил определения результатов оценивания промежуточного контроля по модулю «Теоретические основы физической культуры и спорта»**

- **организация оценивания:**

Промежуточная аттестация по модулю «Теоретические основы физической культуры и спорта» проводится на последнем занятии дисциплины в форме тестирования.

Оценивание осуществляется по результатам выполнения слушателями теста (20 вопросов из 50).

- **процедура оценивания:**

Оценка формируемых в модуле компетенций обучающихся производится по следующим критериям:

Оценка (стандартная)	Тестовые нормы (% правильных ответов на тестовые задания)
«зачтено»	50-100 %
«незачтено»	менее 60%

### Условия выполнения задания:

1. Место выполнения задания: в учебной аудитории.
2. Максимальное время выполнения задания: 30 мин.
3. Необходимое оборудование: отдельный учебный стол, ручка и лист(ы) записи ответов.

## Тестовые задания

1. 1. В каком году Генеральной Ассамблеей ООН принята Конвенция о правах ребенка?

1. 1988 г.
2. 1989 г.
3. 1990 г.
4. 1991 г.

2. В соответствии с Конвенцией о правах ребенка ребенком является каждое человеческое существо до достижения

1. 16-летнего возраста;
2. 18-летнего возраста;
3. 14-летнего возраста;
4. 12-летнего возраста.

3. В соответствии с Единым квалификационным справочником по должностям работников образования, учитель осуществляет контрольно-оценочную деятельность с использованием:

1. электронного журнала;
2. электронного дневника;
3. электронных форм учебной документации;
4. все ответы верны.

4. Разрешается ли привлечение обучающихся, воспитанников гражданских образовательных учреждений к труду, не предусмотренному образовательной программой, без согласия обучающихся, воспитанников и их родителей (законных представителей)?

1. Да;
2. Нет;
3. В особых случаях, по распоряжению вышестоящих инстанций;
4. Разрешается эпизодически в связи с производственной необходимостью.

5. Имеют ли право обучающиеся, воспитанники гражданских образовательных учреждений на свободное посещение мероприятий, не предусмотренных учебным планом?

1. Да
2. Нет
3. В особых случаях, при наличии уважительных причин
4. Да, по согласованию с администрацией учреждения.

6. Кто из древнегреческих философов считал движение «целительной частью медицины»?

1. Аристотель;
2. Платон;
3. Пифагор;
4. Архимед.

7. Автор педагогической системы, основанной на принципе «естественного воспитания»:

1. Ж.-Ж.Руссо;

2. Платон;
  3. Ф.Фребель;
  4. И. Песталоцци.
8. Автор педагогической системы воспитания джентльмена, выдвинувший метод косвенного воздействия на ребенка как противопоставление методу прямого принуждения?
1. Ж.-Ж.Руссо
  2. Дж. Локк
  3. Я.А.Коменский
  4. И.Г. Песталоцци
9. Какой принцип положил в основу отбора содержания обучения ребенка Дж. Локк?
1. принуждение
  2. природосообразность
  3. утилитаризм
  4. свобода
10. Какая страна является родиной Олимпийских игр?
1. Рим;
  2. Китай;
  3. Древняя Греция;
  4. Италия.
11. В каком году состоялись первые Олимпийские игры древности?
1. В 906 году до нашей эры;
  2. В 1201 год;
  3. В 776 году до нашей эры;
  4. В 792 году до нашей эры.
12. В каком году и где создан Международный олимпийский комитет?
1. В 1894 году в Париже;
  2. В 1896 году в Лондоне;
  3. В 1905 году в Греции;
  4. В 1908 году в Лондоне.
13. Что такое «Олимпийская хартия»?
1. Название оды спорту, написанной Пьером де Кубертенем;
  2. Свод законов, по которым осуществляется олимпийское движение;
  3. Правила соревнований, входящих в программу Олимпийских игр;
  4. Клятва спортсмена.
14. Как переводится олимпийский девиз: «Ситиус, альтиус, фортиус»?
1. «Дальше, быстрее, больше»;
  2. «Сильнее, красивее, точнее»;
  3. «Быстрее, выше, сильнее»;
  4. «Быстрее, сильнее, дальше».
15. Кто является основоположником системы физического воспитания, основу которой составило «гармоническое, всестороннее развитие деятельности человеческого организма»?
1. Л.П. Матвеев;
  2. Г.Г. Бенезе;

3. П.Ф. Лесгафт;
4. Н.А.Семашко.

16. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после революции?

1. Популяризация восточных видов гимнастики и борьбы;
2. Создание военно-спортивных клубов и кружков физической культуры;
3. Появление оздоровительных систем «фитнесс» и акваэробика.
4. Создание федераций по видам спорта.

17. Кто впервые в России разработал теорию дошкольного воспитания, обосновал содержание, средства и методы физического воспитания в школе?

1. Н.Г. Чернышевский;
2. Ян Амос Каменский;
3. П.Ф. Лесгафт;
4. А.В. Луначарский.

18. В каком году был создан Российский олимпийский комитет?

1. В 1896 году;
2. В 1911 году;
3. В 1960 году;
4. В 1973 году.

19. Указать главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй».

1. Не стремиться к победе любой ценой; на спортивной площадке честь и благородство сохранять;
2. Сочетание физического совершенства с высокой нравственностью.
3. Чувство собственного достоинства, честность, уважение - к соперникам, судьям, зрителям;
4. Строгое выполнение правил соревнований.

20. Какими показателями характеризуется физическое развитие?

1. Наследственностью, конституцией, антропометрическими показателями;
2. Росто-весовыми показателями;
3. Телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья;
4. Физической подготовленностью.

21. Физическими упражнениями принято называть ...

1. многократное повторение двигательных действий;
2. движения, способствующие повышению работоспособности;
3. определенным образом организованные двигательные действия;
4. комплекс гимнастических упражнений.

22. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение ...

1. физической подготовленности человека к жизни;;
2. подготовки к профессиональной деятельности.
3. восстановления организма после заболеваний, травм, переутомления.
4. подготовки к спортивной деятельности.

23. Три группы задач, решаемых в процессе физического воспитания-

1. Развивающие, коррекционные, специфические.
2. Воспитательные, оздоровительные, образовательные.

3. Общепедагогические, компенсаторные, гигиенические.
  4. Развивающие, оздоровительные, гигиенические.
24. Что является основным специфическим средством физического воспитания?
1. Естественные свойства природы;
  2. Физическое упражнение;
  3. Санитарно-гигиенические факторы;
  4. Соревновательная деятельность.
25. Способ выполнения двигательного действия, позволяющий решать двигательную задачу более целесообразно и эффективно, называется ...
1. Техникoй физического упражнения;
  2. Двигательным навыком;
  3. Двигательным умением;
  4. Двигательным «стереотипом».
26. Состав и последовательность действий, звеньев, усилий, необходимых для решения двигательной задачи определенным способом, принято называть...
1. Деталями техники;
  2. Главным звеном техники;
  3. Основой техники;
  4. Структурой двигательной деятельности.
27. Оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития, соответствующие требованиям трудовой и других сфер жизнедеятельности, отражает ...
1. физическое совершенство человека;
  2. физическое развитие человека;
  3. физическое состояние человека;
  4. физическую форму человека.
28. Что является основным критерием физического совершенства человека?
1. Качество теоретических знаний о физической культуре.
  2. Уровень развития физических возможностей.
  3. Состояние здоровья.
  4. Социализация личности.
29. Объективно присущие физической культуре свойства, позволяющие воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества называются ...
1. Функциями физической культуры;
  2. Принципами физической культуры;
  3. Методами физической культуры;
  4. Средствами физической культуры.
30. Достигнутые результаты в физическом совершенствовании человека и степень использования приобретенных двигательных качеств, навыков и специальных знаний в повседневной жизни, характеризуют ...
1. Физическое образование субъекта;
  2. Физическую культуру личности;
  3. Физическое развитие индивида;
  4. Физическое совершенство человека.

31. Назовите основные показатели развития физической культуры личности.
1. Культура движений и широкий фонд жизненно необходимых двигательных умений и навыков (бег, прыжки, метания, плавание, передвижения на лыжах);
  2. Гигиенические навыки и привычки повседневно заботиться о своем здоровье, закаливании организма, физической подготовленности;
  3. Уровень физических качеств; знания в области физической культуры; мотивы и интересы к физическому совершенствованию; соблюдение гигиены и режима;
  4. Росто-весовые показатели.
32. В каком документе отражены нравственные правила спортивной деятельности?
1. Олимпийская хартия;
  2. Олимпийский устав;
  3. Олимпийская клятва;
  4. Правила соревнований.
33. Какие задачи умственного развития обучающихся решаются в процессе физического воспитания?
1. Расширение и углубление специальных знаний в сфере физической культуры.
  2. Обогащение специальными знаниями, относящимися к сфере физической культуры и спорта; развитие познавательных и творческих способностей.
  3. Содействие творческим проявлениям личности, в том числе в самопознании и самовоспитании, средствами физической культуры и спорта.
  4. Формирование осмысленного отношения к занятиям физической культурой.
34. Назовите задачи развития эстетической сферы личности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
1. Воспитание способности глубоко чувствовать и оценивать красоту в сфере физической культуры и спорта и в других областях ее проявления;
  2. Воспитание способности чутко воспринимать и оценивать красоту в сфере физической культуры; формирование эстетики поведения и отношений;
  3. Выработка активной позиции в утверждении прекрасного;
  4. Непримируемость к безобразному в любых его проявлениях.
35. Что входит в содержание интеллектуальных ценностей физической культуры?
1. Знание о методах и средствах развития физического потенциала человека;
  2. Комплекс методических руководств, практических рекомендаций, пособий;
  3. Способность к рациональной организации времени, собранность;
  4. Развитие мышления, логики.
36. Что понимается под мобилизационными ценностями физической культуры?
1. Все то, что наработано специалистами для обеспечения процесса физической и спортивной подготовки занимающихся;
  2. Личные достижения в двигательной подготовленности человека;
  3. Способность к рациональной организации времени, внутренняя дисциплина, собранность, быстрота оценки ситуации и принятия решения, настойчивость;
  4. Развитие потребности в физическом совершенствовании.
37. Что относится к средствам физического воспитания?
1. Подвижные игры, гимнастика, спортивные игры, туризм, плавание, лыжная подготовка;
  2. Соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима дня, питания, отдыха, личная гигиена;

3. Физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы;
  4. Солнце, воздух, вода.
38. Что понимается под формами занятий физическими упражнениями?
1. Способы организации учебно-воспитательного процесса;
  2. Типы уроков;
  3. Виды физкультурно-оздоровительной работы;
  4. Структура построения занятий.
39. К занятиям, проводимым преподавателем (тренером) с постоянным составом занимающихся, относятся ...
1. Уроки физической культуры и спортивно-тренировочные занятия.
  2. Аэробика, шейпинг, калланетика, атлетическая гимнастика;
  3. Первенства, чемпионаты, спартакиады, отборочные соревнования и др.;
  4. Туристические походы.
40. Какова структура урочных форм занятий?
1. Вводная, разминочная, восстановительная части;
  2. Подготовительная, основная, заключительная части;
  3. Организационная, самостоятельная, низко-интенсивная части;
  4. Вводная, основная, рекреационная.
41. Как классифицируются уроки физической культуры по признаку основной направленности?
1. Уроки освоения нового материала, уроки закрепления и совершенствования учебного материала, контрольные и смешанные (комплексные) уроки;
  2. ОФП, профессионально-прикладной физической подготовки, спортивно-тренировочные уроки, методико-практические занятия;
  3. Уроки гимнастики, легкой атлетики, плавания, лыжной подготовки, подвижных и спортивных игр и т.д.
  4. Урок здоровья, спортивно-ориентированный урок;
42. В каких направлениях проявляется базовая физическая культура?
1. Физическая культура в дошкольных учреждениях и общеобразовательных учреждениях начального, общего и среднего образования;
  2. Физическая культура в учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования;
  3. Физическая культура, представленная как учебный предмет в системе образования и воспитания; физическая культура взрослого населения;
  4. Физическая культура, как самостоятельный вид занятий.
43. Основным результатом использования базовой физической культуры в общей системе образования и воспитания является ...
1. Повышение уровня физической подготовленности, длительное сохранение здоровья, творческого долголетия и дееспособности, организация здорового образа жизни.
  2. Приобретение необходимого уровня образованности в сфере физической культуры.
  3. Овладение жизненно важными двигательными умениями и навыками.
  4. Все вышеперечисленное.
44. В чем заключается основная цель массового спорта?
1. Достижение максимально высоких спортивных результатов;
  2. Восстановление физической работоспособности;

3. Повышение и сохранение общей физической подготовленности;
  4. Увеличение количества занимающихся спортом.
45. Чем определяется направленность профессионально-прикладной физической культуры (ППФК)?
1. Необходимостью военно-прикладной подготовки молодых людей к предстоящей службе в армии;
  2. Потребностью общества в специальной подготовке человека к конкретной профессиональной деятельности;
  3. Необходимостью социальной адаптации индивида в обществе;
  4. Выработкой определенных стереотипов выполнения упражнений.
46. В чем суть и назначение оздоровительно-реабилитационной физической культуры?
1. Использование физических упражнений как факторов профилактики и лечения различных заболеваний, восстановления, борьбы с переутомлением;
  2. Применение методик лечебной физической культуры после травм и заболеваний в условиях стационара, в целях реабилитации;
  3. Организация профилактики заболеваний у населения;
  4. Повышение иммунной системы организма.
47. В каких разновидностях представлены «фоновые» виды физической культуры?
1. Гигиеническая и рекреативная физическая культура;
  2. Туризм, охота, рыболовство;
  3. Физкультурно-спортивные развлечения и оздоровительно- массовые мероприятия;
  4. Лечебная физическая культура.
48. Процесс, направленный на воспитание двигательных (физических) качеств, способностей, необходимых в жизни и спортивной деятельности, называется ...
1. Тренировочным процессом;
  2. Учебным процессом;
  3. Физической подготовкой;
  4. Физическим развитием.
49. Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется ...
1. Общей физической подготовкой;
  2. Специальной физической подготовкой;
  3. Гармонической физической подготовкой;
  4. Общим развитием.
50. Какой метод, позволяющий наращивать физическую силу, является основным?
1. Метод круговой тренировки с выполнением силовых упражнений на 8-10 станциях.
  2. Переменный метод, позволяющий варьировать интервалы отдыха между подходами к снарядам, менять вес и количество повторений.
  3. Метод повторного упражнения с использованием неопредельных отягощений в упражнениях, выполняемых до отказа.
  4. Метод переменного непрерывного упражнения.

**КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО МОДУЛЯМ «ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
УЧРЕЖДЕНИЯХ С УЧЕТОМ ФГОС ОСНОВНОГО ОБЩЕГО И ФГОС СРЕДНЕГО  
ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**Назначение оценочных средств:**

- для проведения промежуточной аттестации по модулю «Физическое воспитание в образовательных учреждениях с учетом ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования» в форме тестирования.

**I. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

<b>Предмет оценивания</b>	<b>Объект оценивания</b>	<b>Показатели оценки</b>
ПК 2. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формы и методы организации физкультурно-спортивных занятий и мероприятий;</li> <li>- особенности проведения занятий с различными возрастными группами.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с поставленными целями и задачами;</li> <li>- проводить занятия с учетом контингента занимающихся;</li> </ul> <p>иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с поставленными целями и задачами;</li> <li>- проводить занятия с учетом контингента занимающихся.</li> </ul>	высокий

**Описание организации оценивания и правил определения результатов оценивания промежуточного контроля по модулю «Физическое воспитание в образовательных учреждениях с учетом ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования»**

- **организация оценивания:**

Промежуточная аттестация по модулю «Физическое воспитание в образовательных учреждениях с учетом ФГОС основного общего и ФГОС среднего общего образования» проводится в форме тестирования.

Оценивание осуществляется по результатам выполнения слушателями теста (20 вопросов из 50).

- **процедура оценивания:**

Оценка формируемых в модуле компетенций обучающихся производится по следующим критериям:

Оценка (стандартная)	Тестовые нормы (% правильных ответов на тестовые задания)
«зачтено»	50-100 %
«незачтено»	менее 60%

**Условия выполнения задания:**

1. Место выполнения задания: в учебной аудитории.
2. Максимальное время выполнения задания: 30 мин.
3. Необходимое оборудование: отдельный учебный стол, ручка и лист(ы) записи ответов.

1. Физкультурное движение – это...

1. общественно-педагогическое явление, в содержание которого входит физическое образование и воспитание физических качеств человека;
2. социальное течение, в русле которого разворачивается совместная деятельность людей по использованию ценностей физической культуры;
3. один из прикладных видов воспитания, имеющих выраженную практическую направленность;
4. неспециализированный процесс физического воспитания, содержание которого ориентировано на то, чтобы создать широкие общие предпосылки успеха в самых различных видах деятельности.

2. Локальный акт, разрешающий занятия физической культурой в спортивном зале -

1. протокол;
2. договор;
3. акт;
4. согласование.

3. Какое положение рук должно быть при передаче двумя сверху в волейболе?

1. На уровне груди;
2. Чуть выше уровня плеч;
3. Опущены вниз;
4. Выпрямленные руки подняты вверх.

4. Как располагается кисть на мяче в момент удара при выполнении верхней прямой подачи в волейболе?

1. Снизу;
2. Несколько сверху;
3. Сбоку;
4. Сверху.

5. С какого числа начинается нумерация игроков в баскетболе?

1. с 1;
2. со 2;
3. с 3;
4. с 4.

6. Положение рук при ловле мяча двумя руками в баскетболе?

1. руки вытянуты навстречу мячу, кисти в «воронкообразном» положении;
2. руки вытянуты навстречу мячу, пальцы сомкнуты;
3. руки опущены вниз;
4. руки разведены в стороны, пальцы широко расставлены, напряжены.

7. На какие фазы условно делится прыжок в длину с разбега?

1. старт, стартовый разбег, отталкивание, приземление;
2. 10 беговых шагов, отталкивание, приземление;
3. разбег, отталкивание, полет, приземление;
4. разбег, 2-3 беговых шага перед отталкиванием, отталкивание, приземление.

8. В каком положении находится туловище во время отталкивания при прыжках в длину с разбега?
1. сильно наклонено вперед;
  2. наклонено назад;
  3. в скрученном состоянии;
  4. сохраняет почти вертикальное положение.
9. Описать технику бега на короткие дистанции:
1. туловище отклонено назад, поясница прогнута;
  2. туловище сохраняет небольшой наклон вперед, руки, согнутые в локтях, двигаются в боковой плоскости, пальцы полусогнуты и не напряжены;
  3. туловище прямое, руки сильно согнуты в локтях;
  4. энергичные повороты туловища.
10. Строевые упражнения в гимнастике – это...
1. совместные действия в строю;
  2. упражнения на снарядах;
  3. общеразвивающие упражнения;
  4. ОФП.
11. Вольные упражнения в гимнастике – это...
1. комплекс общеразвивающих упражнений;
  2. комбинации различных гимнастических упражнений с элементами акробатики и хореографии;
  3. упражнения на снарядах;
  4. упражнения на брусьях.
12. Утренняя гимнастика относится к...
1. образовательно-развивающей гимнастике;
  2. оздоровительной гимнастике;
  3. спортивной гимнастике;
  4. производственной.
13. Стойка в гимнастике – это...
1. положение лежа на полу;
  2. вертикальное положение ногами вверх с опорой какой-либо частью тела;
  3. положение сидя;
  4. исходное положение в строю.
14. На какие основные стили подразделяются лыжные ходы?
1. Бесшаговый, одношаговый, двухшаговый, четырехшаговый;
  2. классический и свободный;
  3. попеременный и одновременный;
  4. по равнине, на подъеме и под уклон.
15. Какие ходы различают в попеременных ходах лыжных гонок?
1. двухшаговый и четырехшаговый;
  2. одношаговый и двухшаговый;
  3. повороты переступанием, спуски, бег по равнине;
  4. ходы, подъемы, спуски, бег по равнине.
16. ЧСС у здоровых людей в состоянии покоя составляет, в среднем

1. 40-50 уд/мин.
2. 60-80 уд/мин.
3. 100-120 уд/мин.
4. 80-100 уд/мин.

17. Чем регламентируются гигиенические нормы и требования?

1. Специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) -СанПИН;
2. Распоряжением директора школы;
3. Инструкцией учителя физической культуры (тренера).
4. Учебной программой.

18. Какой компонент пищевых веществ выполняет пластическую функцию в процессах жизнедеятельности организма, и наиболее активно участвует в построении костной ткани и в водно-солевом обмене?

1. Углеводы;
2. Белки;
3. Минеральные вещества;
4. Жиры.

19. Правильной можно считать осанку, если Вы, стоя у стены, касаетесь ее ..

1. затылком, лопатками, ягодицами, пятками.
2. лопатками, ягодицами;
3. затылком, ягодицами,
4. ягодицами.

20. Какая фаза следует после выполнения физической нагрузки вслед за наступлением утомления?

1. Фаза восстановления работоспособности;
2. Фаза «второго дыхания»;
3. Фаза временного снижения работоспособности.
4. Все ответы верны.

21. Как необходимо планировать двигательную нагрузку школьникам старшего возраста, чтобы получить тренировочный эффект?

1. Не реже 3-4 раз в неделю (от 40 минут до 1,5 часа);
2. Не реже 2-3 раз в неделю (от 30 минут до 1 часа);
3. 1-2 раза в неделю (от 1 до 2 часов);
4. 1-2 раза в неделю (от 3 до 4 часов).

22. Обследования, проводимые врачом совместно с преподавателем (тренером) непосредственно в процессе занятий физическими упражнениями, спортом, во время соревнований для определения воздействий физических нагрузок на организм занимающихся, называются ...

1. Профилактическим осмотром;
2. Диспансеризацией;
3. Врачебно-педагогическим контролем;
4. Обследованием.

23. С помощью какого теста можно определить приспособляемость организма к физической нагрузке?

1. При помощи пробы Штанге;
  2. С помощью пробы Генчи;
  3. С помощью теста Руфье;
  4. С помощью Гарвардского степ-теста.
24. Перечислите основные типы телосложения.
1. Легкокостный, гиперстенический, ширококостный.
  2. Тонкокостный, астенический, средnekостный.
  3. Астенический, нормостенический, гиперстенический.
  4. Тонкокостный, ширококостный, нормостенический.
25. Перечислите основные виды реабилитации:
1. Медицинская, физическая, психологическая, социально-экономическая;
  2. Социальная, умственная, трудовая, восстановительная;
  3. Мышечная, мануальная, аутогенная, активная, пассивная;
  4. Психологическая, трудовая, мышечная.
26. Назовите основные средства физической реабилитации.
1. Лечебная физическая культура;
  2. Трудотерапия, массаж, мануальная терапия, аутогенная тренировка;
  3. Активные, пассивные, психорегулирующие;
  4. Циклические упражнения и виды спорта.
27. Перечислите общеизвестные «факторы риска» в жизни людей?
1. Гипокинезия, алкоголизм, наркомания, курение;
  2. Нарушения в питании, экологии;
  3. Психологические стрессы;
  4. Все вышеперечисленное.
28. Назовите три этапа в развитии стресса.
1. Реакция тревоги, стабилизация, истощение;
  2. Информация, мобилизация, перегрузка;
  3. Угроза, опасность, заболевание;
  4. Информация, реакция тревоги, заболевание.
29. Перечислите основные задачи первой доврачебной помощи, оказываемой пострадавшему?
1. Временная остановка кровотечения, наложение кровоостанавливающего жгута;
  2. Проведение мероприятий по ликвидации угрозы для жизни, предупреждение осложнений, обеспечение благоприятных условий для транспортировки;
  3. Применение техники искусственного дыхания, непрямого массажа сердца, наложение бинтовых повязок, жгутов, иммобилизации;
  4. Улучшение или восстановление сердечной деятельности и дыхания.
30. В чем заключается первая помощь при ранениях?
1. Наложение повязки и транспортной шины;
  2. Введение противостолбнячной сыворотки;
  3. Остановка кровотечения, защита раны от вторичности загрязнения;
  4. Обработка перекисью водорода.
  - 5.
31. Продолжительность сдавливания конечности жгутом не должна превышать ...
1. 1,5 - 2 часа;

2. 40 - 50 минут;
3. 3 - 5 часов;
4. 2,5 - 3,5 часа.

32. В чем заключается доврачебная помощь при обмороке?

1. Инъекции кордиамина и кофеина;
2. Придание телу горизонтального положения, приподнимание ног, обеспечение доступа воздуха;
3. Приподнимание головы, согревание, горячее питье;
4. Прикладывание холода в височную часть головы.

33. Кифоз позвоночника – это...

1. изгиб, направленный назад;
2. изгиб вбок;
3. изгиб вперед;
4. отсутствие изгиба.

34. Сколиоз позвоночника – это...

1. изгиб, направленный назад;
2. изгиб вбок;
3. изгиб вперед;
4. отсутствие изгиба.

35. Какие виды аттестации обучающихся и выпускников предусмотрены Законом Российской Федерации «Об образовании»?

1. Текущая аттестация, аттестация по результатам четверти, годовая аттестация, итоговая аттестация;
2. Аттестация по результатам изучения тем, учебных модулей, программ;
3. Промежуточная аттестация, государственная (итоговая) аттестация;
4. Текущая аттестация, промежуточная аттестация, государственная (итоговая) аттестации.

36. Дополнить наименование документа: Федеральный закон РФ от 24.июня 1998 г. «Об основных гарантиях ..... в Российской Федерации»

1. прав человека
2. основных свобод
3. прав ребёнка

37. Новым подходом в воспитании детей является:

1. лично-ориентированный подход
2. деятельностный
3. природосообразный подход
4. когнитивный подход

38. По методике О.С. Газмана, этапы деятельности по педагогической поддержке детей в системе лично-ориентированной технологии воспитания включают:

1. диагностический, поисковый, договорный, деятельностный, рефлексивный
2. анализ, моделирование, реализация, контроль
3. изучение ситуации, принятие решения, совместная деятельность по реализации решения, анализ и рефлексия

39. Воспитание как процесс помощи ребенку в становлении его субъектности, культурной идентификации, социализации, жизненном самоопределении рассматривается в авторской концепции

1. Е.В. Бондаревской
2. О.С. Газмана
3. Н.Е. Щурковой

40. Феликсология воспитания, по Н.Е. Щурковой, Е.П. Павловой, – научно-теоретическое рассмотрение содержательной характеристики воспитания, обеспечивающее в состав цели воспитания формирование способности ребёнка быть:

1. толерантным в жизни на этой земле
2. счастливым в жизни на этой земле
3. свободным в жизни на этой земле

41. Аттестация с целью подтверждения соответствия занимаемой должности проводится в отношении педагогических работников, не имеющих квалификационных категорий:

1. Один раз в 3 года
2. Один раз в пять лет
3. Через год после предыдущей аттестации, если работнику были даны рекомендации аттестационной комиссии

42. Основной процедурой аттестации с целью установления соответствия уровня квалификации требованиям квалификационной категории (первой или высшей) является:

1. Презентация портфолио
2. Экспертиза профессиональной деятельности
3. Квалификационные испытания в письменной форме

43. По методике оценки квалификации аттестуемых педагогических работников под ред. В.Д. Шадрикова, профессиональный стандарт квалификации педагога рассматривается как совокупность:

1. 3 компетентностей
2. 4 компетентностей
3. 5 компетентностей
2. 6 компетентностей

44. По В.Д. Шадрикову, в структуру педагогической компетентности в области личностных качеств входит:

1. Эмпатийность и социорефлексия, самоорганизованность, общая культура
2. Умения создавать ситуации, обеспечивающие успех в учебной деятельности; условия позитивной мотивации самомотивации
3. Компетентность в методах и в предмете преподавания, в субъективных условиях деятельности.

45. По В.Д. Шадрикову, в структуру педагогической компетентности в области постановки целей и задач входит:

1. Компетентность в методах и в предмете преподавания, в субъективных условиях деятельности.
2. Умение ставить цели и задачи в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся, умение перевести тему урока в педагогическую задачу, вовлечь учащихся в процесс формирования целей и задач
3. Умение устанавливать субъект-субъектные отношения, организовать учебную деятельность, реализовать педагогическое оценивание.

46. По В.Д. Шадрикову, в структуру педагогической компетентности в области мотивации учебной деятельности входит:

1. Умение выбрать и реализовать образовательную программу, разработать собственные программные, методические и дидактические материалы, умение принимать решения в педагогической ситуации
2. Умения создавать ситуации, обеспечивающие успех в учебной деятельности; условия позитивной мотивации и самомотивации
3. Компетентность в методах и в предмете преподавания, в субъективных условиях деятельности.

47. По В.Д. Шадрикову, в структуру педагогической компетентности в области обеспечения информационной основы деятельности входит:

1. Умение устанавливать субъект-субъектные отношения, организовать учебную деятельность, реализовать педагогическое оценивание.
2. Умения создавать ситуации, обеспечивающие успех в учебной деятельности; условия позитивной мотивации и самомотивации
3. Компетентность в методах и в предмете преподавания, в субъективных условиях деятельности.

48. По В.Д. Шадрикову, в структуру педагогической компетентности в области разработки программ деятельности и принятия педагогических решений входит:

1. Умение выбрать и реализовать образовательную программу, разработать собственные программные, методические и дидактические материалы, умение принимать решения в педагогической ситуации
2. Умения создавать ситуации, обеспечивающие успех в учебной деятельности; условия позитивной мотивации и самомотивации
3. Умение устанавливать субъект-субъектные отношения, организовать учебную деятельность, реализовать педагогическое оценивание.

49. По В.Д. Шадрикову, в структуру педагогической компетентности в области организации учебной деятельности входит:

1. Компетентность в методах и в предмете преподавания, в субъективных условиях деятельности.
2. Умение ставить цели и задачи в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся, умение перевести тему урока в педагогическую задачу, вовлечь учащихся в процесс формирования целей и задач
3. Умение устанавливать субъект-субъектные отношения, организовать учебную деятельность, реализовать педагогическое оценивание.

50. Структура урочных форм занятий:

1. Вводная, разминочная, восстановительная части;
2. Подготовительная, основная, заключительная части;
3. Организационная, самостоятельная, низко-интенсивная части;
4. Вводная, основная, рекреационная.

**КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО МОДУЛЮ 3 «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ»**

**Назначение оценочных средств:**

- для проведения промежуточной аттестации по модулю «Теория и методика спортивной тренировки» в форме тестирования.

**II. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

Предмет оценивания	Объект оценивания	Показатели оценки
ПК 2. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формы и методы организации физкультурно-спортивных занятий и мероприятий;</li> <li>- особенности проведения занятий с различными возрастными группами.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с поставленными целями и задачами;</li> <li>- проводить занятия с учетом контингента занимающихся;</li> </ul> <p>иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с поставленными целями и задачами;</li> <li>- проводить занятия с учетом контингента занимающихся.</li> </ul>	высокий

**Описание организации оценивания и правил определения результатов оценивания промежуточного контроля по модулю «Теория и методика спортивной тренировки»**

• **организация оценивания:**

Промежуточная аттестация по модулю «Теория и методика и спортивной тренировки» проводится на последнем занятии дисциплины в форме тестирования.

Оценивание осуществляется по результатам выполнения слушателями теста (10 вопросов из 30).

• **процедура оценивания:**

Оценка формируемых в модуле компетенций обучающихся производится по следующим критериям:

Оценка (стандартная)	Тестовые нормы (% правильных ответов на тестовые задания)
«зачтено»	50-100 %
«незачтено»	менее 60%

### Тестовые задания

1. Средствами спортивной тренировки в избранном виде спорта являются:
  1. Обще подготовительные упражнения;
  2. Избранные соревновательные, специально подготовительные, обще подготовительные упражнения;
  3. Избранные соревновательные упражнения;
  4. Соревновательные упражнения;
  5. Специально подготовительные упражнения;
  
2. Упражнения, которые по координационной структуре, характеру выполнения соответствовали избранной спортивной дисциплине, называются:
  1. Специально подготовительные
  2. Имитационные;
  3. Гимнастические;
  4. Обще развивающие;
  5. Подводящие;
  
3. Практические методы спортивной тренировки – это:
  1. Методы общей и специальной физической подготовки.
  2. Методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный;
  3. Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
  4. Специфические и общепедагогические;
  5. Игровой и соревновательный;
  
4. Непрерывные методы тренировки, применяемые в условиях равномерной и переменной работы, используются для воспитания:
  1. Специальной координации;
  2. Специальной быстроты.
  3. Специальной выносливости;
  4. Специальной гибкости;
  5. Специальной ловкости;
  
5. Укажите, что являются средствами технической подготовки:
  1. Физические упражнения;
  2. Игровые и соревновательные упражнения.
  3. Обще подготовительные, специально подготовительные, соревновательные;
  4. Упражнения, направленные на формирование двигательных действий;
  5. Тренировочные снаряды и оборудование;
  
6. Укажите, какие задачи решает общая техническая подготовка:
  1. Степень освоения техники вида спорта;
  2. Повышения технического уровня подготовленности в избранном виде спорта;
  3. Уровень освоения фонда двигательных умений и навыков, которые способствуют выполнению эффективных приемов в условиях соревновательной деятельности.
  4. Расширения фонда двигательных умений и навыков, а также в воспитании двигательных-координационных способностей, которые способствуют техническому совершенствованию в избранном виде спорта;
  5. Выполнения эффективных приемов и действий в сложных условиях;

7. Спортивная подготовка – это:
  1. Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфическое отношение нормы и достижения в сфере этой деятельности;
  2. Упорядочная, организация деятельности по обеспечению совершенствования спортсмена в сфере спорта;
  3. Педагогический процесс, направленный на развитие физических способностей в избранном виде спорта.
  4. Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;
  5. Повторное выполнение спортивного упражнения;
  
8. Специфическими средствами и методами тактической подготовки в избранном виде спорта являются:
  1. Соревновательные и игровые упражнения;
  2. Индивидуальные упражнения;
  3. Групповые упражнения.
  4. Тактические упражнения или специально подготовительные и соревновательные упражнения;
  5. Избранные упражнения;
  
9. Интервальные методы тренировки – это:
  1. Повторные методы;
  2. Комбинированные методы;
  3. Игровые и соревновательные методы;
  4. Равномерные и переменные методы.
  5. Повторные и комбинированные методы;
  
10. Тактическое мышление – это:
  1. Способность спортсмена быстро воспринимать и перерабатывать информацию;
  2. Оценка соревновательной ситуации;
  3. Специальная тактическая подготовка;
  4. Оценка развития ситуации на площадке в процессе соревновательной деятельности.
  5. Формирование тактических знаний, умений и навыков;
  
11. Физические упражнения – это:
  1. Мобилизующие, корригирующие средства;
  2. Упражнения повышенной интенсивности;
  3. Специфические упражнения избранного вида спорта;
  4. Специально подготовительные упражнения.
  5. Упражнения, оказывающие воздействие на организм и личность человека;
  
12. Совокупность способов применения технических приемов в соответствии с условиями соревнования – это:
  1. Тактика;
  2. Реакция;
  3. Техника;
  4. Стадия;
  5. Интеракция.
  
13. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют несколько зон. Укажите сколько этих зон?
  1. Десять зон.

2. Пять зон;
  3. Шесть зон;
  4. Семь зон;
  5. Восемь зон;
14. В зависимости от масштаба времени, в пределах которого протекает тренировочный процесс, различают:
- а) Структуру многолетних тренировочных циклов.
    1. Микроструктуру, мезоструктуру, макроструктуру;
    2. Структуру отдельного тренировочного занятия.
    3. Структуру этапов тренировки.
    4. Структуру больших тренировочных циклов.
15. На сколько этапов делится процесс многолетней подготовки спортсменов:
1. На 6 этапов;
  2. На 2 этапа.
  3. На 4 этапа;
  4. На 3 этапа;
  5. На 5 этапов;
16. На этапе предварительной подготовки основным методом, который помогает эмоционально и непринужденно выполнять упражнения, является:
1. Соревновательный метод.
  2. Подвижный метод.
  3. Микроцикл.
  4. Цикл базовой подготовки.
17. Система воздействий, применяемых для формирования и совершенствования необходимых для спортсмена таких качеств, как целеустремленность, решительность, смелость, настойчивость и т.д., такая подготовка называется:
1. Специальная подготовка.
  2. Психическая подготовка.
  3. Интегральная подготовка.
  4. Специфическая подготовка.
  5. Волевая подготовка.
18. На основе комплексного контроля можно правильно оценить эффективность:
1. Результаты тренировки.
  2. Физической подготовки.
  3. Спортивных результатов.
  4. Техничко-тактической подготовки.
  5. Спортивной тренировки.
19. Эффективность системой тренировки обеспечивается:
- а) Внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
    1. Путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки;
    2. Наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса.
    3. Способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
    4. Достижение запланированных спортивных результатов в определенных стартах;

20. Уровень совершенствования двигательных навыков – это результат:
1. Технической подготовки;
  2. Игровой подготовки;
  3. Соревновательной подготовки;
  4. Научно-методического обеспечения;
  5. Теоретической подготовки.
21. Совокупность двигательных действий, которые являются средством ведения спортивной борьбы и выполняются по возможности в соответствии с правилами состязаний по избранному виду спорта - это:
1. Избранные соревновательные упражнения;
  2. Соревновательные упражнения;
  3. Игровые упражнения;
  4. Специально подготовительные упражнения;
  5. Тактические упражнения.
22. Обще подготовительные упражнения являются преимущественно средствами:
1. Общей подготовки спортсмена;
  2. Специальной подготовки спортсмена;
  3. Интегральной подготовки спортсмена;
  4. Технической подготовки спортсмена;
  5. Тактической подготовки.
23. К методам строго регламентированного упражнения в спортивной тренировке относятся:
1. Методы общей и специальной физической подготовки.
  2. Методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники и методы, направленные преимущественно на воспитание физических качеств;
  3. Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
  4. Специфический и общепедагогические;
  5. Игровой и соревновательный;
24. Метод, который характеризуется выполнением упражнения со сравнительно одинаковой интенсивностью в продолжение всего занятия, называется:
1. Соревновательным методом.
  2. Равномерным методом;
  3. Попеременным методом;
  4. Интервальным методом;
  5. Игровым методом;
25. Под технической подготовкой следует понимать:
1. Способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера.
  2. Степень освоения спортсменом системы движений (техники вида спорта), соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижения высших спортивных результатов;
  3. Выполнения упражнения с целью достижения наиболее технического результата;
  4. Специфическая двигательная активность спортсмена, целью которой является установление определенных технических результатов;
  5. Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена техническими действиями;

26. Основными показателями способности спортсмена к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях в избранном виде спорта является:

1. Эффективность техники;
2. Экономичность техники.
3. Стабильность техники;
4. Результативность техники;
5. Вариативность техники;

27. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям спортсмена, называется:

1. Прикладной физической подготовкой;
2. Специальной двигательной подготовкой.
3. Специальной физической подготовкой;
4. Спортивной подготовкой;
5. Общей физической подготовкой;

28. В режимах непрерывной и интервальной работы в процессе спортивной тренировки используется:

1. Специфический метод;
2. Комбинированный метод;
3. Смешанный метод.
4. Круговой метод;
5. Повторный метод;

29. Педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности называется:

1. Тренировочной подготовкой;
2. Соревновательной подготовкой;
3. Технической подготовкой.
4. Тактической подготовкой;
5. Специальной подготовкой;
6. Только на специально подготовительные микроциклы.

30. Укажите, какие существуют формы учета в спортивной тренировки в избранном виде спорта:

1. Предварительный, основной, этапный.
2. Педагогический, медико-биологический.
3. Рубежный, исходный, итоговый.
4. Оперативный, текущий, этапный.
5. Предварительный, текущий, оперативный

31. Укажите, что является основой спортивной подготовки:

1. Спортивный результат;
2. Система тренировки;
3. Научно-методическое обеспечение;
4. Кадры.
5. Тренировочный процесс;

32. Спортивная тренировка – это:
1. Повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
  2. Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
  3. Упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта;
  4. Исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса.
  5. Планируемый педагогический процесс, включающий обучение баскетболиста спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;
33. Элементы соревновательных действий, их связи и вариации, а также движения и действия, существенно сходные с ними по форме или характеру проявляемых способностей, эти упражнения называются:
1. Специально подготовительные;
  2. Соревновательные;
  3. Игровые;
  4. Подвижные;
  5. Физические упражнения.
34. Какие упражнения относятся к специализированным средствам спортивной тренировки:
1. Соревновательные и специально подготовительные;
  2. Игровые и соревновательные;
  3. Подводящие и подвижные;
  4. Развивающие и имитационные;
  5. Упражнения, направленные на развитие специальных физических качеств.
35. В спортивной тренировке, разучивание движения в целом осуществляется
1. В результате объяснения упражнения преподавателем, восприятия показываемых движений, просмотра наглядных пособий, анализа собственных мышечных и других ощущений.
  2. При освоении относительно простых упражнений, а также сложных движений, разделение которых на части невозможно;
  3. На этапе начального разучивания двигательного действия;
  4. В рамках одного занятия;
  5. До необходимой степени совершенства;
36. Метод, который характеризуется чередованием интенсивности усилий, называется:
1. Соревновательным методом.
  2. Попеременный метод;
  3. Равномерным методом;
  4. Интервальным методом;
  5. Игровым методом;
37. Видах спорта средствами общей подготовки является:
1. Соревновательные упражнения
  2. Обще подготовительные упражнения;
  3. Общеразвивающие упражнения;
  4. Подводящие упражнения;
  5. Имитационные упражнения;

38. В избранном виде спорта средствами технической подготовки являются:
1. Физические упражнения;
  2. Игровые и соревновательные упражнения.
  3. Обще подготовительные, специально подготовительные, соревновательные;
  4. Упражнения, направленные на формирование двигательных действий;
  5. Тренировочные снаряды и оборудование;
39. Способность спортсмена к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях является показателем:
1. Вариативности техники;
  2. Мобильности техники.
  3. Стабильности техники;
  4. Экономичности техники;
  5. Эффективности техники;
40. Укажите, на что направлена общая тактическая подготовка:
1. На совершенствования тактических действий;
  2. На реализацию тактических действий в избранном виде спорта.
  3. На овладение знаниями и тактическими навыками;
  4. На овладение знаниями и техническими навыками;
  5. На овладение игровыми и соревновательными навыками;
41. Подготовка, которая направлена на овладение знаниями и тактическими навыками, необходимыми для успеха в спортивных соревнованиях, называется:
1. Спортивно-техническая подготовка;
  2. Специально-спортивная подготовка;
  3. Интегральная подготовка.
  4. Общая тактическая подготовка;
  5. Специальная тактическая подготовка;
42. Увеличение функциональных возможностей организма в процессе спортивной тренировки зависит:
1. От игровой и соревновательной деятельности;
  2. От современной методики тренировок.
  3. Только от соревновательных нагрузок;
  4. От тренировочных и соревновательных нагрузок;
  5. Только от тренировочных нагрузок;
43. В зависимости от этапов подготовки тактические упражнения в ходе спортивной подготовки могут быть использованы:
1. В облегченных и усложненных условиях
  2. В игровых и соревновательных условиях;
  3. В зависимости от поставленных задач УТП.
  4. В облегченных, в усложненных условиях и в условиях максимально приближенной к соревновательным;
  5. В условиях максимально приближенной к соревновательным
44. Структура этапов тренировки, включающих относительно законченный ряд микроциклов, называется:
1. Годичный цикл.
  2. Мезоструктура;
  3. Микроструктура;
  4. Микроцикл;
  5. Макроцикл;

45. Укажите, как называются этапы многолетней подготовки спортсменов:
1. Предварительный этап, этап начального разучивания, этап углубленного разучивания и этап спортивного совершенствования.
  2. Предварительный, начальный этап спортивной специализации, углубленный и этап спортивного совершенствования;
  3. Этап начального разучивания, этап углубленного разучивания и этап спортивного совершенствования.
  4. Предварительный этап, этап углубленного разучивания и этап спортивного совершенствования.
  5. Предварительный этап, этап начального разучивания, этап углубленного разучивания.
46. Длительность этапа начальной спортивной специализации в процессе многолетней подготовки спортсмена составляет:
1. 4 года.
  2. 5 лет.
  3. 6-8 лет.
  4. 5-7 лет.
  5. 4-6 лет.
  6. 3-5 лет.
47. Укажите, какие методы используются в процессе спортивной тренировки:
1. Круговой.
  2. Обще педагогический и практический;
  3. Специфический и практический;
  4. Педагогический и специфический;
  5. Игровой и соревновательный;
48. При применении целостно-конструктивного и расчленено-конструктивного методов большая роль отводится:
1. Соревновательным и игровым упражнениям.
  2. Подводящим и имитационным упражнениям;
  3. Обще развивающим упражнениям;
  4. Специально-подготовительным упражнениям;
  5. Подвижным играм;
49. Метод, который используется в процессе спортивной тренировки для совершенствования двигательной деятельности в усложненных условиях, называется:
1. Практический.
  2. Игровой;
  3. Соревновательный;
  4. Игровой и соревновательный;
  5. Специфический;
50. Специально организованная соревновательная деятельность для повышения эффективности тренировочного процесса, этот метод называется:
1. Практический.
  2. Специфический;
  3. Соревновательный;
  4. Игровой;
  5. Развлекательный.