**ГБПОУ «Дзержинский педагогический колледж»**

**Фонд оценочных средств**

**Оценочные средства**

*для проведения промежуточной аттестации по учебной дисциплине ОП.10. Теория и история физической культуры*

*по специальности 49.02.01* ***Физическая культура***

**Форма проведения оценочной процедуры**Дифференцированный зачет

**Дзержинск, 2018**

Рассмотрено на заседании предметно-цикловой комиссии

спец. 49.02.01 Физическая культура

Протокол № \_\_\_\_ от «\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г.

Председатель ПЦК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Ю.Комлева

Одобрено экспертным советом колледжа

Протокол № \_\_\_\_ от « \_ » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г.

**Разработчик:**

О.Ю.Комлева, преподаватель ГБПОУ «Дзержинский педагогический колледж»

**Эксперты от работодателя:**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

**Содержание**

1. Паспорт фонда оценочных средства

2. Комплект оценочных средств (КОС) для организации контроля и оценки в форме дифференцированного зачета

2.1. Паспорт КОС

2.2. Контрольно-измерительные материалы для оценки освоенных знаний и умений

2.3. Пакет экзаменатора

3. Контрольно-измерительные материалы для текущего контроля

***I. Паспорт фонда оценочных средств***

**1. Область применения**

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности ***49.02.01 Физическая культура.*** Содержит комплект оценочных средств для организации дифференцированного зачета и контрольно-измерительные материалы для текущего контроля. Фонд оценочных свойств позволяет оценивать освоение умений и усвоение знаний, сформированность элементов ОК и ПК.

* 1. ***Показатели оценки освоенных знаний и умений***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Результаты освоения**  (объекты оценивания) | | **Основные показатели оценки результата** | | **Тип задания** | **Средства проверки** |
| В результате освоения учебной дисциплины студент должен **уметь**: | | | | | |
| - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; | Грамотно анализирует историю и тенденции развития физической культуры и спорта; | | | На проверку сформированности когнитивных умений | Промежуточный контроль: Дифференцированный зачет.  Текущий контроль: Выполнение практического задания по теме 1.1. «История физической культуры и спорта зарубежных стран»  Самостоятельная работа по теме:1.2  «История физической культуры и спорта в России»; по теме 1.3. «Международное спортивное движение» |
| -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач  нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту | Правильно и полно применяет знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач  нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту; | | | На проверку готовности обучающегося применять теоретические знания и профессионально значимую информацию | Промежуточный контроль: Дифференцированный зачет.  Текущий контроль:  Самостоятельная работа по теме 2.5  «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений». |
| - правильно использовать терминологию в области физической культуры; | Правильно использует терминологию в области физической культуры | | | На проверку готовности обучающегося применять теоретические знания и профессионально значимую информацию | Промежуточный контроль: Дифференцированный зачет.  Текущий контроль:  Самостоятельная работа по теме 2.4. «Теоретические и методические основы развития физических качеств»;  2.5 «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений». |
| оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания; | аргументировано оценивает постановку цели и задач, определяет педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания; | | | На проверку готовности обучающегося применять теоретические знания и профессионально значимую информацию | Промежуточный контроль: Дифференцированный зачет.  Текущий контроль:  Выполнение практического занятия по теме 2.3.«Основы теории и методики обучения двигательным действиям» |
| - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности,профессионального самообразования и саморазвития. | В соответствии с заданием находит и анализирует информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности,профессионального самообразования и саморазвития. | | | На проверку готовности обучающегося применять теоретические знания и профессионально значимую информацию | Промежуточный контроль: Дифференцированный зачет.  Текущий контроль:  Самостоятельная работа по теме 2.1  «Общая характеристика теории физического воспитания» |
| В результате освоения учебной дисциплины студент **должен знать**: | | | | | |
| - понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий; | | Точно определяет  понятия теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Промежуточный контроль: Дифференцированный зачет.  Текущий контроль:  Тестирование по теме 1.1 «Общая характеристика теории физического воспитания» |
| - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | | Правильно называет и раскрывает этапы истории становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки (немецкое гимнастическое движение,шведское гимнастическое направление, сокольская система гимнастики, спортивно-игровая деятельность,бойскаутское движение;народные формы физического воспитания в дореволюционной России) | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет. |
| - историю международного спортивного движения; | | Правильно определяет и раскрывает основные этапы истории международного спортивного движения (международное спортивное движение по отдельным видам спорта,возрождение олимпийского движения и его функционирование международное олимпийское движение – летние и зимние олимпийские игры, проблемы международного спортивного движения); | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет. |
| - современные концепции физического воспитания; | | Верно раскрывает современные концепции физического воспитания; | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет. |
| - средства формирования физической культуры человека; | | Правильно называет средства  формирования физической культуры человека и раскрывает их сущность; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Текущий контроль:  Контрольная работа по теме: «Основы теории и методики обучения двигательным действиям» |
| - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания; | | Точно трактует механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет. |
| - мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития; | | Правильно называет мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития; | | На проверку сформированности когнитивных умений | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет. |
| - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков; | | Точно определяет дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет. |
| - основы теории обучения двигательным действиям; | | Правильно излагает отличие двигательного умения от двигательного навыка,  называет методы и приемы формирования двигательного навыка,  раскрывает этапы процесса обучения | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет.  Текущий контроль: Контрольная работа по теме: «Основы теории и методики обучения двигательным действиям» |
| - теоретические основы развития физических качеств; | | Верно определяет понятие качества, раскрывает факторы, влияющие на формирование физического качества, определяет виды,задачи развития физических качеств,  называет средства,методы воспитания силовых, скоростных координационных способностей, гибкости и выносливости | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет.  Текущий контроль:  Контрольная работа по теме 2.4 «Теоретические и методические основы развития физических качеств» |
| - особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях; | | Верно представляет особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет.  Текущий контроль:  Тестирование по  теме 2.5 (2,6)«Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений» |
| особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением | | Верно представляет особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет.  Текущий контроль: Контрольная работа по теме  2.5 «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений». |
| - сущность и функции спорта; | | Правильно определяет сущность и функции спорта; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Текущий контроль: Тестирование по теме 3.1.  «Общая характеристика спорта». |
| - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки; | | Правильно определяет основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  основы оздоровительной тренировки; | | На проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности | Текущий контроль: Тестирование по теме 3.1.  «Общая характеристика спорта». |

* 1. ***Проверка сформированности ПК и ОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ПК и ОК** | **Результаты** | **Задания для проверки усвоенных знаний и освоенных умений** |
| ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.  ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.  ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.  ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.  ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм. | **должен уметь:** - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;  -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  **знать:**  - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;  - современные концепции физического воспитания;  - средства формирования физической культуры человека;  - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  - мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - основы теории обучения двигательным действиям;  - основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания; выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания.  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Практическое занятие  «Составление сравнительной характеристики спартанской и афинской систем физического воспитания. Анализ трех систем физического воспитания в Европейских странах»  Тестирование по теме: «Общая характеристика теории физического воспитания»  Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений» |
| ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.  ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.  ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.  ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.  ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.  ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.  ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.  ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.  ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.  ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм | **должен уметь** -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  - определять педагогические возможности и эффективность применения различных  методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;  **должен знать** - современные концепции физического воспитания;  - средства формирования физической культуры человека;  - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  - мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - основы теории обучения двигательным действиям;  - основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания; выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания.  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Практические занятия:  1. Составление программы обучения двигательному действию в три этапа (на основе определения частной задачи по обучению двигательному действию из избранного студентом вида спорта).  Самостоятельная работа:  1.Составление презентации по теме «Проблемы международного спортивного движения».  2.Творческая работа на тему: «Требования к личности преподавателя как воспитателя: обязательные деловые качества и основные личностные качества преподавателя».  Контрольная работа по теме «Основы теории и методики обучения двигательным действиям»  Контрольная работа по теме «Теоретические и методические основы развития физических качеств»  Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений»  Контрольная работа по теме «Физическое воспитание детей старшего школьного возраста особенности возрастного развития, задачи, средства, особенности методики физического воспитания», «Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем, девиантным поведением» |
| ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.  ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.  ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.  ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. | **должен уметь** -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  **должен знать**- средства формирования физической культуры человека;  - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - основы теории обучения двигательным действиям;  - основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания; выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания.  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Самостоятельная работа  1. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития силовых способностей.  2. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития скоростных способностей.  3. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития выносливости.  4. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития гибкости.  5. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития двигательно-координационных способностей.  Контрольная работа по теме «Физическое воспитание детей старшего школьного возраста особенности возрастного развития, задачи, средства, особенности методики физического воспитания», «Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем, девиантным поведением» |
| ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.  ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.  ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. | **должен уметь** -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  - определять педагогические возможности и эффективность применения различных  методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;  **должен знать** - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - основы теории обучения двигательным действиям;  - основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания; выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания.  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования; | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1. Наблюдение и анализ занятий уроков физической культуры в школе  Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений» |
| ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.  ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.  ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.  ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.  ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.  ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.  ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм. | **должен уметь**использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  - определять педагогические возможности и эффективность применения различных  методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;  **должен знать** - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - основы теории обучения двигательным действиям;  - основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания; выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания.  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования | Самостоятельная работа  1. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития силовых способностей.  2. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития скоростных способностей.  3. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития выносливости.  4. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития гибкости.  5. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития двигательно-координационных способностей.  Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений» |
| ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.  ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.  ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.  ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.  ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм. | **должен уметь**- оценивать постановку цели и задач уроков, внеурочных мероприятий и занятий;  - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;  -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  **-** находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  **должен знать** - современные концепции физического воспитания;  - средства формирования физической культуры человека;  - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  - мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Контрольная работа по теме «Теоретические и методические основы развития физических качеств»  Контрольная работа по теме «Физическое воспитание детей старшего школьного возраста особенности возрастного развития, задачи, средства, особенности методики физического воспитания», «Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем, девиантным поведением»  Тестирование по теме: «Общая характеристика спорта» |
| ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.  ОК 2..  ОК 3  ОК 5.  ОК 6.  ОК 7.  ОК 8.  ОК 9.  ОК 10.  ОК 11. | **должен уметь**-использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  **должен знать** современные концепции физического воспитания;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1.Составление презентации по теме «Проблемы международного спортивного движения».  2.Наблюдение и анализ занятий уроков физической культуры в школе  Тестирование по теме: «Общая характеристика теории физического воспитания»  Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений»  Тестирование по теме: «Общая характеристика спорта» |
| ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.  ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.  ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. | **должен уметь** оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  **должен знать** - современные концепции физического воспитания;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1. Наблюдение и анализ занятий уроков физической культуры в школе  Тестирование по теме: «Общая характеристика теории физического воспитания»  Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений»  Тестирование по теме: «Общая характеристика спорта» |
| ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.  ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.  ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.  ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. | **должен уметь** - оценивать постановку цели и задач уроков, внеурочных мероприятий и занятий;  -определять педагогические возможности и эффективность применения различных  методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;  -ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования;  -находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных  педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности,  профессионального самообразования и саморазвития;  **должен знать** -- современные концепции физического воспитания;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Промежуточный контроль:  Дифференцированный зачет  Текущий контроль:  Самостоятельная работа  1. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития силовых способностей.  2. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития скоростных способностей.  3. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития выносливости.  4. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития гибкости.  5. Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития двигательно-координационных способностей. |
|  |  |  |
| ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия  ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.  ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. | **должен уметь:**  - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;  -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  **-** находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  **должен знать**  - современные концепции физического воспитания;  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1. Наблюдение и анализ занятий уроков физической культуры в школе  Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений» |
|  |  |  |
| ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.  ОК 1.  ОК 2..  ОК 4..  ОК 8.  ОК 9.  ОК 11.. | **должен уметь** использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  **-** находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  **должен знать**  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1. Наблюдение и анализ занятий уроков физической культуры в школе |
|  |  |  |
| ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.  ОК 1.  ОК 2.  ОК 4.  ОК 9. | **должен уметь** использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  **-** находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  **должен знать:**  - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1. Наблюдение и анализ занятий уроков физической культуры в школе |
|  |  |  |
| ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.  ОК 3.  ОК 4.  ОК 6..  ОК 8.  ОК 9 | **должен уметь** использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  **-** находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  **должен** **знать:**  дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях |  |  |  |
|  |  |  |
| ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.  ОК 2.  ОК 4.  ОК 5.  ОК 8  ОК 9. | **должен уметь** находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных  педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности,  профессионального самообразования и саморазвития;  -ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования;  **должен знать** дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1. Подготовка доклада по теме: «Древнегреческие олимпийские игры».  2. Подготовка доклада по теме: « Зарождение элементов науки о физическом воспитании в Древней Греции».  3.Разработка кластера «Создание и развитие систем ФК в странах Востока».  4. Подготовка доклада по теме: « Физическое воспитание в России в 6-9 вв . Роль Петра в становлении государственной формы военно-физического воспитания в военных учебных заведениях».  5.Разработка таблицы « Организационные и управленческие основы системы физического воспитания в СССР с 1917 до 1945 гг».  6.Разработка кластера «Система физического воспитания П.Ф. Лесгафта».  7. Подготовка доклада по теме «Международное рабочее спортивное движение».  8. Составление картотеки «Олимпийские игры до 1 половины 20 века.  9. Составление картотеки «Олимпийские игры (зимние, летние) со 2-ой половины 20 века.  10. Доклады по теме: «Мой любимый вид спорта» |
|  |  |  |
| ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.  ОК 1.  ОК 2..  ОК 4.  ОК 5.  ОК 6.  ОК 7.  ОК 8.  ОК 9. | **должен уметь** находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных  педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;  -ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования;  **должен знать** особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников,  подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях | Текущий контроль:  Самостоятельная работа:  1. Подготовка доклада по теме: «Древнегреческие олимпийские игры».  2. Подготовка доклада по теме: « Зарождение элементов науки о физическом воспитании в Древней Греции».  3. « Физическое воспитание в России в 6-9 вв . Роль Петра в становлении государственной формы военно-физического воспитания в военных учебных заведениях». |

**2. Комплект оценочных средств (КОС)**

**2.1. Паспорт комплекта оценочных средства**

Промежуточный контроль освоения учебной дисциплины осуществляется в форме дифференцированного зачета.

***2.1.1.Показатели оценки освоенных знаний и умений***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Результаты (освоенные умения и усвоенные знания) | Основные показатели | Задание (я) дифференцированного зачета |
| Умения:  - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;  -использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач  нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности,  профессионального самообразования и саморазвития;  Знания:  - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;  - историю международного спортивного движения;  - современные концепции физического воспитания;  - средства формирования физической культуры человека;  - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  - мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;    - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  - основы теории обучения двигательным действиям;  - теоретические основы развития физических качеств;  - особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях;  - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  - сущность и функции спорта;  - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  - основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных учреждениях | Оценивает тенденции развития физической культуры и спорта;  -применяет знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;  использует терминологию в области физической культуры;  оценивает постановку цели и задач, определяет педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  находит и анализирует информацию по теории и истории физической культуры, для педагогической деятельности,  профессионального самообразования и саморазвития;  проводит сравнительный анализ по развитию отечественных и зарубежных систем ФВ и СТ.  понимает историю международного спортивного движения;  называет современные концепции физического воспитания  воспроизводит средства формирования физической культуры человека;  анализирует механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  понимает мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития  анализирует и приводит примеры применения методов, средств, принципов, форм занятий с детьми и подростками;  понимает отличие умения от навыка, этапы становления навыка;  подбирает средства и методы для развития того или иного физического качества;  выявляет индивидуальные особенности обучающихся, используя знания о возрастных особенностях учащихся;  понимает особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, одаренных детей;  понимает сущность, анализирует общие и специфические функции спорта;  называет основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  понимает основы оздоровительной тренировки;  приводит примеры проблем и путей совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях. | Раскройте и возникновение, развитие и упадок олимпийских игр античного мира, проанализируйте причины.  Охарактеризуйте военно-физическое воспитание феодалов Западной Европы в средние века  1.Выберите наиболее правильный ответ. Абсолютная сила – это...  а) максимальная сила, проявляемая человеком в движении, независимо от массы тела;  б) способность человека преодолевать внешние сопротивления;  г) сила, проявляемая за счет активных волевых усилий человека.  2.Дайте определение координационным способностям.  1.Назовите основные методы развития силы.  2. Назовите 3 упражнения для развития активной гибкости.  3.Перечислите основные средства развития скоростных способностей.  4. Назовите 3 упражнения для развития пассивной гибкости.  1.Раскройте вопросы физического воспитания в трудах и деятельности гуманистов В.деФельтре,  Ф.Рабле, И.Меркуриалиса.  2.Раскройте сущность вопросов ранних социалистов-утопистов Т.Мор и Т.Компанелла о физическом воспитании.  3.Раскройте и проанализируйте особенности физического воспитания во втором периоде Нового времени (скаутское движение, гимнастика Ж.Демени,Ж.Эбера).  1.Раскройте условия возникновения и развития физической культуры в первобытном обществе.  2.Охарактеризуйте и раскройте физическое воспитание в Древней Греции( Спарта,Афины)  3.Раскройте и охарактеризуйте физическое воспитание и спорт в Древнем Риме.  4.Определите временные рамки рабовладельческого и феодального строя в исторической периодизации. Охарактеризуйте физическую культуру и спорт в эти годы 5.Определите временные рамки первого и второго периодов Нового времени в исторической периодизации. Охарактеризуйте физическая культуру и спорт в эти годы  6.Раскройте сущность вопросов физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.А.Коменского, Дж.Локка, Ж-Ж.Руссо,И. Песталоции.  7.Раскройте возникновение и развитие сокольского движения и сокольской гимнастики. 8.Определите взгляды и значение трудов социалистов-утопистов Р.Оуэна и Ш.Фурье, направленные на социалистическое воспитание детей и молодежи  9.Раскройте особенности физического воспитания и спорта в России до середины 19 в. в быту, армии, учебных заведениях.  1.Перечислите и охарактеризуйте Олимпийскую символику. Назовите Олимпийские Игры после второй мировой войны  Раскройте введение комплекса ГТО и определите его роль в развитии физкультурного движения в довоенные и послевоенные годы. Обоснуйте создание добровольных спортивных обществ профсоюзов. Охарактеризуйте единую всесоюзную спортивную классификацию.  1.Раскройте и приведите примеры физических упражнений и игр крестьян и горожан в Европе в средние века.  2.Охарактеризуйте создание спортивно-гимнастических буржуазных систем физического воспитания в 18-19 веке( Швеция,Германия, Франция,Англия, США)  На каком этапе разучивания двигательного действия занимающимся допускается наибольшее количество ошибок?  1.Раскройте способы формирования мотивации к урокам физической культуры  2.Раскройте условия формирования интереса к физической культуре у школьников  Выберите наиболее правильный ответ. В процессе обучения двигательным действиям наибольшее количество ошибок допускается занимающимися:  а) на этапе начального разучивания техники двигательных действий  б) на этапе углубленного разучивания  в) на этапе совершенствования двигательного действия  г) на этапе взаимодействия различных по структуре двигательных навыков.    1.Назовите схему перехода от двигательных умений к двигательным навыкам.  1.Перечислите специфические типы выносливости. Приведите пример.  2.Перечислите факторы, от которых зависит проявление двигательно-координационных способностей.  3.Перечислите факторы, влияющие на проявление выносливости.  4.Укажите основные задачи развития силы  1.За счет чего следует увеличивать нагрузку в упражнениях на гибкость?  1.Приведите 3 примера простой двигательной реакции.  2.Приведите примеры сложных двигательных реакций (3шт)  1.Охарактеризуйте Игры 22 Олимпиады в Москве как новый этап в современном олимпийском движении.  1.Выберите наиболее правильный ответ. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:  а) двигательным умением  б) техническим мастерством  в) двигательной активностью  г) двигательным навыком  2. Выберите наиболее правильный ответ. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности, называется:  а) функциональной устойчивости  б) биохимической экономизацией  в) тренированностью  г) выносливостью  3.Выберите наиболее правильный ответ. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности, называется:  а) функциональной устойчивости  б) биохимической экономизацией  в) тренированностью  г) выносливостью  1.Охарактеризуйте и раскройте систему физического образования П.Ф.Лесгафта. |

**2.2. Организация контроля и оценки в ходе дифференцированного зачета**

Промежуточный контроль освоения учебной дисциплины ***ОП.10*** ***Теория и история физической культуры*** осуществляется в форме дифференцированного зачета. Для проведения дифференцированного зачета готовится 2 комплекта материалов для оценки освоенных знаний и умений (1- история физической культуры, 2 - теория физической культуры).

Дифференцированный зачет предполагает ответы на теоретические вопросы в первом разделе программы «История физической культуры и спорта» и написание контрольной работы по второму разделу программы «Теория физического воспитания».

Условием положительной аттестации на дифференцированном зачете является положительная оценка усвоения всех знаний и освоения всех умений по всем контролируемым показателям.

* 1. **2.3.Контрольно-измерительные материалы для оценки сформированности освоенных знаний и умений, элементов ПК и ОК в ходе дифференцированного зачета**
  2. **ВОПРОСЫ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ ПО ИСТОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

1. Условия возникновения и развития физической культуры в первобытном обществе.

1. Физическое воспитание в Древней Греции( Спарта,Афины).
2. Физическое воспитание и спорт в Древнем Риме.
3. Возникновение,развитие и упадок олимпийских игр античного мира.
4. Военно-физическое воспитание феодалов Западной Европы в средние века.
5. Физические упражнения и игры крестьян и горожан в Европе в средние века.
6. Вопросы физического воспитания в трудах и деятельности гуманистов В.де Фельтре,Ф.рабле,И.Меркуриалиса.
7. Ранние социалисты-утописты Т.Мор и Т.Компанелла о физическом воспитании.
8. Временные рамки рабовладельческого и феодального строя в исторической периодизации. Физическая культура и спорт в эти годы.
9. Временные рамки первого и второго периодов Нового времени в исторической периодизации. Физическая культура и спорт в эти годы
10. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.А.Коменского, Дж.Локка, Ж-Ж.Руссо,И. Песталоции.
11. Возникновение и развитие сокольского движения и сокольской гимнастики.
12. Создание спортивно-гимнастических буржуазных систем физического воспитания в 18-19 веке( Швеция,Германия, Франция,Англия, США)
13. Взгляды и значение трудов социалистов-утопистов Р.Оуэна и Ш.Фурье направленные на социалистическое воспитание детей и молодежи.
14. Физическое воспитание во втором периоде Нового времени (скаутское движение, гимнастика Ж.Демени, Ж.Эбера).
15. Физическое воспитание и спорт в России до середины 19 в. в быту, армии, учебных заведениях.
16. Система физического образования П.Ф.Лесгафта.
17. Введение комплекса ГТО и его роль в развитии физкультурного движения в довоенные и послевоенные годы. Создание добровольных спортивных обществ профсоюзов. Единая всесоюзная спортивная классификация.
18. Игры 22 Олимпиады в Москве – новый этап в современном олимпийском движении.
19. Олимпийская символика (олимпийский флаг, символ, девиз, эмблема, олимпийский огонь, клятва, награды).О.И. после второй мировой войны

**ВОПРОСЫ ДЛЯ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ЗАЧЕТА**

**ПО ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

1. **вариант**

1.Выберите наиболее правильный ответ. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:

а) двигательным умением

б) техническим мастерством

в) двигательной активностью

г) двигательным навыком

2.Выберите наиболее правильный ответ. Абсолютная сила – это...

а) максимальная сила, проявляемая человеком в движении, независимо от массы тела;

б) способность человека преодолевать внешние сопротивления;

г) сила, проявляемая за счет активных волевых усилий человека

3.На каком этапе разучивания двигательного действия занимающимся допускается наибольшее количество ошибок?

4.Назовите основные методы развития силы.

5.Перечислите специфические типы выносливости. Приведите пример.

6.Раскройте условия и способы формирования мотивации к урокам физической культуры.

7.Перечислите факторы, от которых зависит проявление двигательно-координационных способностей.

8.За счет чего следует увеличивать нагрузку в упражнениях на гибкость?

9.Приведите 3 примера простой двигательной реакции.

10.Назовите 3 упражнения для развития активной гибкости.

1. **вариант**

1.Выберите наиболее правильный ответ. В процессе обучения двигательным действиям наибольш**ее** количество ошибок допускается занимающимися:

а) на этапе начального разучивания техники двигательных действий

б) на этапе углубленного разучивания

в) на этапе совершенствования двигательного действия

г) на этапе взаимодействия различных по структуре двигательных навыков

2.Выберите наиболее правильный ответ. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности, называется:

а) функциональной устойчивостью

б) биохимической экономизацией

в) тренированностью

г) выносливостью

3.Назовите схему перехода от двигательных умений к двигательным навыкам.

4. Перечислите основные средства развития скоростных способностей

5.Как формируется интерес к физической культуре у школьников?

6.Дайте определение координационным способностям.

7.Перечислите факторы, влияющие на проявление выносливости.

8.Укажите основные задачи развития силы.

9.Приведите 3 примера сложной двигательной реакции.

10.Назовите 3 упражнения для развития пассивной гибкости.

**Пакет для экзаменатора**

|  |
| --- |
| **Условия выполнения задания** |

Дифференцированный зачет проводится в 2 этапа.

1 этап — зачет по разделу «ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» в форме устного ответа.

Количество вопросов – 20

Время проведения 60 мин: время на подготовку к устному ответу - 10 минут, время на устный ответ – 5 минут.

Оборудование: бумага, ручки.

Методическое обеспечение: билеты с вопросами – 20.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задания (номер)** | **Предмет(ы) оценивания** | **Критерии оценки** |
| **Вопрос № 1**   1. Раскройте условия возникновения и развития физической культуры в первобытном обществе. | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Точно и полно раскрывает  условия возникновения и развития физической культуры в первобытном обществе. |
| **Вопрос № 2**   1. Охарактеризуйте и раскройте физическое воспитание в Древней Греции( Спарта,Афины) | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки | Полно, правильно анализирует и раскрывает физическое воспитание в Древней Греции( Спарта,Афины) |
| **Вопрос № 3**  Раскройте и охарактеризуйте физическое воспитание и спорт в Древнем Риме | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки | Дает полную характеристику и раскрывает особенности физического воспитания и спорта в Древнем Риме |
| **Вопрос № 4**   1. Раскройте и возникновение, развитие и упадок олимпийских игр античного мира, проанализируйте причины | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Полно и верно раскрывает и анализирует возникновение,развитие и упадок олимпийских игр античного мира |
| **Вопрос № 5**  Охарактеризуйте военно-физическое воспитание феодалов Западной Европы в средние века. | средства формирования физической культуры человека; | Дает полную характеристику военно-физическому воспитанию феодалов Западной Европы в средние века. |
| **Вопрос № 6**  Раскройте и приведите примеры физических упражнений и игр крестьян и горожан в Европе в средние века. | средства формирования физической культуры человека; | Раскрывает и приводит примеры физических упражнений и игр крестьян и горожан в Европе в средние века. |
| **Вопрос № 7**  Раскройте вопросы физического воспитания в трудах и деятельности гуманистов В.де Фельтре,Ф.рабле,И.Меркуриалиса. | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Имеет правильное представление о  вопросах физического воспитания в трудах и деятельности гуманистов В.деФельтре,Ф.рабле,И.Меркуриалиса. |
| **Вопрос № 8**.  Раскройте сущность вопросов ранних социалистов-утопистов Т.Мор и Т.Компанелла о физическом воспитании. | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Имеет правильное представление о физическом воспитании в трудах ранних социалистов-утопистов Т.Мора и Т.Компанеллы |
| **Вопрос № 9**  Определите временные рамки рабовладельческого и феодального строя в исторической периодизации. Охарактеризуйте физическую культуру и спорт в эти годы | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Точно определяет временные рамки рабовладельческого и феодального строя в исторической периодизации. Дает характеристику физической культуре и спорту в эти годы |
| **Вопрос № 10**   1. Определитевременные рамки первого и второго периодов Нового времени в исторической периодизации. Охарактеризуйте физическая культуру и спорт в эти годы | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Точно определяетвременные рамки первого и второго периодов Нового времени в исторической периодизации. Дает характеристику физической культуре и спорту в эти годы |
| **Вопрос № 11**  Раскройте сущность вопросов физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.А.Коменского, Дж.Локка, Ж-Ж.Руссо,И. Песталоции. | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Верно раскрывает сущность вопросов физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.А.Коменского, Дж.Локка, Ж-Ж.Руссо,И. Песталоции. |
| **Вопрос № 12**  Раскройте возникновение и развитие сокольского движения и сокольской гимнастики. | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Полно и правильно раскрывает возникновение и развитие сокольского движения и сокольской гимнастики. |
| **Вопрос № 13**  Охарактеризуйте создание спортивно-гимнастических буржуазных систем физического воспитания в 18-19 веке( Швеция,Германия, Франция,Англия, США) | средства формирования физической культуры человека; | Полно и правильно дает характеристику спортивно-гимнастическим буржуазным системам физического воспитания в 18-19 веке (Швеция,Германия, Франция,Англия, США) |
| **Вопрос№ 14**  Определите взгляды и значение трудов социалистов-утопистов Р.Оуэна и Ш.Фурье, направленные на социалистическое воспитание детей и молодежи | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Имеет правильное представление о  взглядах и значении трудов социалистов-утопистов Р.Оуэна и Ш.Фурье, направленных на социалистическое воспитание детей и молодежи |
| **Вопрос № 15**  Раскройте и проанализируйте особенности физического воспитания во втором периоде Нового времени (скаутское движение, гимнастика Ж.Демени,Ж.Эбера). | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Правильно раскрывает и анализирует особенности физического воспитания во втором периоде Нового времени (скаутское движение, гимнастика Ж.Демени,Ж.Эбера). |
| **Вопрос№ 16**  Раскройте особенности физического воспитания и спорта в России до середины 19 в. в быту, армии, учебных заведениях. | история становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | Точно и полно раскрывает особенности физического воспитания и спорта в России до середины 19 в. в быту, армии, учебных заведениях. |
| **Вопрос № 17**  Охарактеризуйте и раскройте систему физического образования П.Ф.Лесгафта. | проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных учреждениях; | Точно характеризует и раскрывает систему физического образования П.Ф.Лесгафта. |
| **Вопрос № 18**  Раскройтевведение комплекса ГТО и определите его роль в развитии физкультурного движения в довоенные и послевоенные годы. Обоснуйте создание добровольных спортивных обществ профсоюзов. Охарактеризуйте единую всесоюзную спортивную классификацию. | современные концепции физического воспитания; | Точно раскрывает введение комплекса ГТО и его роль в развитии физкультурного движения в довоенные и послевоенные годы. Обосновывает создание добровольных спортивных обществ профсоюзов. Дает верно характеристику единой всесоюзной спортивной классификации. |
| **Вопрос № 19**  ОхарактеризуйтеИгры 22 Олимпиады в Москве как новый этап в современном олимпийском движении. | сущность и функции спорта; | Дает характеристику Играм 22 Олимпиады в Москве как новому этапу в современном олимпийском движении. |
| **Вопрос №20**  Перечислите и охарактеризуйтеОлимпийскую символику. Назовите Олимпийские Игры после второй мировой войны | история международного спортивного движения; | Правильно называет Олимпийскую символику (олимпийский флаг, символ, девиз, эмблема, олимпийский огонь, клятва,награды). Называет Олимпийские Игры после второй мировой войны |
|  |  | Оценка «5» ставится, если ответ студента полностью соответствует заявленным критериям (100%);  Оценка «4» ставится, если ответ студента соответствует заявленным критериям, но в ответе студент допускает отдельные неточности в изложении материала или допускает 2-3 ошибки в изложении фактического материала; незначительно нарушает логику изложения материала(80%);  Оценка «3» ставится, если ответ студента частично соответствует заявленным критериям; при этом в ответе студент допускает неточности (более 5) или ошибки (более 3) в изложении материала, отдельные нарушения логики изложения материала; неполноту раскрытия вопроса(70%);  Оценка «2» ставится, если ответ студента не соответствует заявленным критериям; при этом в ответе студент допускает большое количество неточностей и ошибок в изложении материала, нарушения логики изложения материала; неполноту, не раскрытость материала(50%). |

2 этап — дифференцированный зачет по разделу «ТЕОРИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ»

|  |
| --- |
| **Условия выполнения задания** |

Дифференцированный зачет проводится подгруппой в письменном виде по двум вариантам.

Количество вопросов – по теории физического воспитания - 20 (по 10 в каждом варианте)

Время на написание контрольной работы – 60 мин.

Оборудование: бумага, ручки.

Методическое обеспечение: вопросы – 20

**1 вариант**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задания (номер)** | **Предмет(ы) оценивания** | **Критерии оценки** |
| **Вопрос № 1**  Выберите наиболее правильный ответ. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:  а) двигательным умением  б) техническим мастерством  в) двигательной активностью  г) двигательным навыком | - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки; | Правильный вариант ответа |
| **Вопрос № 2**   1. Выберите наиболее правильный ответ. Абсолютная сила – это... 2. а) максимальная сила, проявляемая человеком в движении, независимо от массы тела; 3. б) способность человека преодолевать внешние сопротивления; 4. г) сила, проявляемая за счет активных волевых усилий человека | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания;  основы оздоровительной тренировки; | Дает правильный вариант ответа |
| **Вопрос № 3**  На каком этапе разучивания двигательного действия занимающимся допускается наибольшее количество ошибок? | - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания; | Дает правильный ответ |
| **Вопрос № 4**   1. Назовите основные методы развития силы | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания | Перечисляет основные методы развития силы |
| **Вопрос № 5**  Перечислите специфические типы выносливости. Приведите пример | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания; | Перечисляет специфические типы выносливости. Приводит пример |
| **Вопрос № 6**  Раскройте способы формирования мотивации к урокам физической культуры | мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития; | Раскрывает способы формирования мотивации к урокам физической культуры |
| **Вопрос № 7**  Перечислите факторы, от которых зависит проявление двигательно-координационных способностей | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания; | Перечисляет факторы, от которых зависит проявление двигательно-координационных способностей |
| **Вопрос № 8**.  За счет чего следует увеличивать нагрузку в упражнениях на гибкость? | особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях; | Определяет и раскрывает увеличение нагрузки в упражнениях на гибкость |
| **Вопрос № 9**  Приведите 3 примера простой двигательной реакции . | особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; | Приводит примеры простых двигательных реакций (3шт) |
| **Вопрос № 10**  Назовите 3 упражнения для развития активной гибкости. | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания; | Называет 3 упражнения, направленные для  развития активной гибкости. |

**2 вариант**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задания (номер)** | **Предмет(ы) оценивания** | **Критерии оценки** |
| **Вопрос № 1**  Выберите наиболее правильный ответ. В процессе обучения двигательным действиям наибольш**ее** количество ошибок допускается занимающимися:  а) на этапе начального разучивания техники двигательных действий  б) на этапе углубленного разучивания  в) на этапе совершенствования двигательного действия  г) на этапе взаимодействия различных по структуре двигательных навыков | - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков; | Дает правильный вариант ответа |
| **Вопрос № 2**  Выберите наиболее правильный ответ. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности, называется:  а) функциональной устойчивости  б) биохимической экономизацией  в) тренированностью  г) выносливостью | - основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки; | Дает правильный вариант ответа |
| **Вопрос № 3**  Назовите схему перехода от двигательных умений к двигательным навыкам. | основы теории обучения двигательным действиям; | Называет схему перехода от двигательных умений к двигательным навыкам |
| **Вопрос № 4**   1. Перечислите основные средства развития скоростных способностей | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания;  основы оздоровительной тренировки; | Перечисляет основные средства развития скоростных способностей |
| **Вопрос № 5**  Раскройте условия формирования интереса к физической культуре у школьников | мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития | Раскрывает условия формирования интереса к физической культуре у школьников |
| **Вопрос № 6**  Дайте определение координационным способностям | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания;  основы оздоровительной тренировки;; | Дает определение  координационным способностям |
| **Вопрос № 7**  Перечислите факторы, влияющие на проявление выносливости | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания;  основы оздоровительной тренировки;; | Перечисляет факторы, влияющие на развитие координационных способностей |
| **Вопрос № 8**.  Укажите основные задачи развития силы | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания;  основы оздоровительной тренировки;; | Указывает задачи, направленные на развитие силы |
| **Вопрос № 9**  Приведите примеры сложных двигательных реакций (3шт) | особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; | Приводит примеры сложным двигательным реакциям (3шт) |
| **Вопрос № 10**  Назовите 3 упражнения для развития пассивной гибкости | основы развития физических качеств: сила, методика ее воспитания; скорость, методика ее воспитания;  выносливость, методика ее воспитания; гибкость, методика ее воспитания; координация, методика ее воспитания;  основы оздоровительной тренировки; | Называет 3 упражнения, направленные для  развития пассивной гибкости. |
|  |  | Каждому заданию присвоен уровень сложности, в соответствии с которыми проводится оценка результативности выполнения работы.  Задания № 1,2 – задания 1 уровня – УП – узнавание и воспроизведение фактического материала. Выполнение каждого из указанных заданий оценивается в 5% успешности.  Задания № 3,4,5,6,7,8 – задания 2 уровня – РВ – репродуктивная деятельность. Выполнение каждого из указанных заданий оценивается в 10% успешности.  Задания № 9,10 – задания 3 уровня – ПВ – самостоятельное мышление, творческое применение знаний. Успешное выполнение этих заданий оценивается в 15%.  Критерии оценивания результатов выполнения работы:  Менее 50% - «2»  50% - 74% - «3»  75% - 89% - «4»  90% и выше - «5» |

Итоговая оценка по предмету складывается из результатов, полученных по истории физической культуры и теории физического воспитания.

Менее 100% - «2»

100% - 144% - «3»

145% - 169% - «4»

170% и выше - «5»

**3. Контрольно-измерительные материалы для текущего контроля**

1. ***Тесты и контрольные работы.***

**Тестирование по теме: «Общая характеристика теории физического воспитания»**

1.Выберите правильный ответ. Вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физической культуре, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных знаниях, называется:

1)физическая культура

2)физическая подготовка

3)физическое воспитание

4)физическое образование

2.Выбирете правильный ответ. Результатом физической подготовки является:

1)физическое развитие индивидуума

2)физическое воспитание

3)физическая подготовленность

4)физическое совершенство

3.Выберите правильный ответ. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид профессии, спорта и др.), предоставляющий специализированные требования к двигательным способностям человека, называются:

1)спортивной тренировкой

2)специальной физической подготовкой

3)физическим совершенствованием

4)профилактическо- прикладной физической подготовкой

4.Укажите, понятие (термин) подчеркивает прикладную направленность физического воспитания к труду или иной деятельности:

1)физическая подготовка

2)физическое совершенствование

3)физическая культура

4)физическое состояние

5.Укажите к каким показателям, характеризующим физическое развитие человека, относятся:

1)показатели телосложения, здоровья и физкультурного воспитания

2)показатели уровня физической подготовленности и спортивных результатов

3)уровень и качество сформированных жизненно важных двигательных умений и навыков

4)уровень и качество сформированных спортивно – двигательных умений и навыков

6.Выберите правильный ответ. На современном этапе развития общества основным критерием физического совершенства служат:

1)показатели телосложения

2)показатель здоровья

3)уровень и качество сформированности двигательных умений и навыков

4)нормы и требования государственной программы по физическому воспитанию в сочетании с нормами единой спортивной классификации

7.Обозначьте главные задачи ТМФВ:

1)вооружить будущего учителя интегрировать знания

2)повышать авторитет предмета ФК в школе

3)знать возрастные особенности детей

4)воспитывать у учащихся профессиональный долг и понимание значимости выполняемой работы

8.Перечислите важнейшие показатели физически совершенного человека:

1)крепкое здоровье

2)высокая общая физическая работоспособность

3)пропорционально развитое телосложение

4)всесторонне и гармонически развитые физические качества

5)владение рационально техникой основных жизненно важных движений

6)физкультурная образованность

КЛЮЧ К ЗАДАНИЯМ Критерии оценивания

1-3 Менее 50% - «2»

2-3 50% - 74% - «3»

3-2 75% - 89% - «4»

4-1 90% и выше – «5»

5-1

6-3

7-4

8-4

**Контрольная работа**  **по теме «Основы теории и методики обучения двигательным действиям»**

Предлагаемый пакет контрольно-измерительных материалов включает 2 разнозначных вариантов , состоящих из 10 заданий.  
Каждому заданию присвоен уровень сложности , в соответствие с которыми рекомендуется проводить оценку результативность выполнения работы .  
Время работы - 1 час.  
Задание № 1,2 – задание 1 уровня – УП- узнавание и воспроизведение фактического материала. Выполнение каждого из указанных заданий оценивается в 5% успешности. Задания этого уровня оценивается как полностью правильные и неправильные.  
Задания № 3,4,5,6,7,8- задание 2 уровня –РВ - репродукция деятельность. Выполнения каждого из указанных заданий оценивается в 10% успешности.

Задание № 9,10- задание 3 уровня- ПВ- самостоятельное мышление, творческого применения знаний . Успешное выполнение этих заданий оценивается в 15% .Задание 2 и 3 уровня оценивается: правильные , неправильные , частично правильные (1/2 ответа). Частично правильными считаются ответы при обоснование большинства , но не ключевых моментов, неполная последовательность , неполный объем . Правильным считается ответ , отличающийся логикой мышления, обоснованность , абсолютным знание материала, который использует студент.  
 Критерии оценивания результатов выполнения работы:  
 Менее 50% - «2»  
 50 – 67% - «3»   
 68% - 85% - «4»  
 86% - 100% – «5»

**1 вариант**

1. Выберите наиболее правильный ответ. Вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:  
   а) физическая культура;  
   б) физической подготовки;   
   в) физическим воспитанием;  
   г) физическим образованием.
2. Выберите наиболее правильный ответ. Под техникой физического упражнения понимают:

а) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большой эффективностью;

б) способы выполнения двигательных действий, оставляющие эстетически благоприятное впечатление;

в) определенную упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания данного упражнения;

г) видимую форму.

3. Раскройте суть классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем.

4. Перечислите, что относится к пространственным характеристикам движения.

5. Укажите основные средства физического воспитания.

6. Укажите цель физического воспитания.

7. Охарактеризуйте общий принцип системы физического воспитания: принцип содействия всестороннего гармонического развития личности.

8. Перечислите, на знания каких наук опирается система физического воспитания (теоретико – методические основы физического воспитания).

9. Докажите, что обязательными деловыми качествами преподавателя физической культуры и спорта являются…

10. укажите, какие виды спорта относятся к ациклическим.

**2 вариант**

1.Выберите наиболее правильный ответ. Процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей, называется:

а) спортом;

б) физической подготовкой;

в) физическим образованием;

г) физическим развитием

2. Выберите наиболее правильный ответ. Физические упражнения – это:

а) такие двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков;

б) виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;

в) такие двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы из его закономерностях;

г) виды двигательной деятельности, направленные на изменения форм телосложения и развития физических качеств

3.Раскройте суть классификации физических упражнений по их анатомическому признаку

4.Дайте определение содержанию физическому упражнения

5.Укажите дополнительные средства физического воспитания

6.Перечислите специфические задачи физического воспитания

7.Охарактеризуйте общий принцип системы физического воспитания – принцип оздоровительной направленности.

8.Объясните, что содержат обязательные государственные программы по физической культуре и спорту.

9.Докажите, что к основным личным качествам преподавателя, тренера относятся…

10.Укажите, какие виды спорта относятся к циклическим.

**Контрольная работа**  **по теме «Теоретические и методические основы развития физических качеств»**   
Предлагаемый пакет контрольно-измерительных материалов включает 2 разнозначных вариантов , состоящих из 10 заданий.  
Каждому заданию присвоен уровень сложности , в соответствие с которыми рекомендуется проводить оценку результативность выполнения работы .  
Время работы - 1 час.  
Задание № 1,2 – задание 1 уровня – УП- узнавание и воспроизведение фактического материала. Выполнение каждого из указанных заданий оценивается в 5% успешности. Задания этого уровня оценивается как полностью правильные и неправильные.  
Задания № 3,4,5,6,7,8- задание 2 уровня –РВ - репродукция деятельность. Выполнения каждого из указанных заданий оценивается в 10% успешности.

Задание № 9,10- задание 3 уровня- ПВ- самостоятельное мышление, творческого применения знаний . Успешное выполнение этих заданий оценивается в 15% .Задание 2 и 3 уровня оценивается: правильные , неправильные , частично правильные (1/2 ответа). Частично правильными считаются ответы при обоснование большинства , но не ключевых моментов, неполная последовательность , неполный объем . Правильным считается ответ , отличающийся логикой мышления, обоснованность , абсолютным знание материала, который использует студент.  
 Критерии оценивания результатов выполнения работы:  
 Менее 50% - «2»  
 50 – 67% - «3»   
 68% - 85% - «4»  
 86% - 100% – «5»

**1 вариант**

1. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным управлением движениями высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:

а) двигательным умением;

б) техническим мастерством;

в) двигательной активностью;

г) двигательным навыком.

2.Абсолютная сила – это …

а) максимальная сила, проявляемая человеком в движение, независимо от массы тела;

б) способность человека преодолевать внешние сопротивления;  
в) проявление максимального мышечного напряжения в стат. режиме работы мышц;

г) сила, проявляемая за счет активных волевых усилий человека.

3. На каком этапе разучивания двигательного действия занимающегося допускается наибольшее количество ошибок.

4. Назовите основные методы развития силы.  
5. Перечислите специфические типы выносливости. Приведите пример.  
6. Дайте определение скоростным способностям.  
7. Перечислите факторы, от которых зависит проявление двигательно - координационных способностей.   
8. За счет чего следует увеличивать нагрузку в упражнениях на гибкость.  
9. Приведите примеры простых двигательных реакций (3шт).  
10. Назовите 3 упражнения для развития активной гибкости.

**2 вариант**

1. В процессе обучения двигательным действием наибольшее количество ошибок допускается занимающимися:

а) на этапе начального разучивания техники двигательных действий;

б) на этапе углубленного разучивания;

в) на этапе совершенствования двигательного действия;

г) на этапе взаимодействия различных по структуре двигательных навыков.

1. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности, называется;  
   а) функциональной устойчивостью;  
   б) биохимической экономизацией;  
   в) тренированностью;  
   г) выносливостью;
2. Назовите схему перехода от двигательных умений к двигательным навыкам.
3. Перечислите основные средства развития скоростных способностей.
4. Какие упражнения используется в качестве средств развития гибкости.
5. Дайте определение координационным способностям.
6. Перечислите факторы, влияющие на проявление выносливости.
7. Укажите основные задачи развития силы.
8. Приведите примеры сложных двигательных реакций (3шт).

Назовите 3 упражнения для развития пассивной гибкости.

**Тестирование по теме: «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений»**

*1. «Значение и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста», «Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста»*

1.Выберите правильный ответ. Основными средствами физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста являются:

1) физические упражнения

2) оздоровительные силы природы

3) гигиенические факторы

4) оздоровительные силы природы и гигиенические факторы

2.Выберите правильный ответ. Содержание и формы физкультурных занятий в дошкольных и детских учреждениях определяются:

1) общим планом работы по физическому воспитанию, который разрабатывается непосредственно руководителем дошкольного детского учреждения

2) «Программой физического воспитания, обучения в детском саду» (раздел «Физическая культура»)

3) исходя из пожеланий родителей детей

4) воспитателями или инструкторами – методистами по физической культуре, исходя из личного профессионально – педагогического опыта

3.Выберите правильный ответ. В раннем и дошкольном возрасте в первую очередь следует обращать внимание на воспитание:

1) скоростных способностей

2) координационных способностей

3) силы и силовых способностей

4) общей выносливости

4.Выберите правильный ответ. В дошкольном возрасте в наибольшей степени способствуют формированию умений владеть своим телом, согласованно выполнять различные сложные движения:

1) бессюжетные подвижные игры

2) упрощенные формы спортивных упражнений

3) упражнения основной гимнастики

4) сюжетные подвижные игры

5.Укажите, с какого возраста в состав физического воспитания дошкольников следует включать упрощенные формы спортивных упражнений:

1) с двухлетнего возраста

2) с трехлетнего возраста

3) с четырехлетнего возраста

4) с пятилетнего возраста

6.Укажите основную форму занятий физическими упражнениями с детьми от 3 до 6 лет в детском саду:

1) физкультурные занятия урочного типа

2) физкультурные занятия неурочного типа

3) физкультминутки и физкультпаузы

4) «спортивный час»

7.Выберите правильный ответ. Продолжительность физкультурных занятий урочного типа в детском саду для детей 3-4 лет составляет:

1) 5-10 мин

2) 15-20 мин

3) 25-35 мин

4) 40 мин

8. Выберите правильный ответ. Продолжительность физкультурных занятий урочного типа в детском саду для детей 5-6 лет составляет:

1) 15-25 лет

2) 25-30 мин

3) 40-45 мин

4) 60 мин

9. Выберите правильный ответ. В дошкольных детских учреждениях подвижные игры с разнообразным двигательным содержанием проводятся с детьми:

1) 3-4 лет

2) 4-5 лет

3) 5-6 лет

4) 3-6 лет

10.Выберите правильный ответ. В детских дошкольных учреждениях физкультмнутки и физкультпаузы используются с целью:

1) воспитания физических качеств у детей

2) обучения детей новым движениям (двигательным действиям)

3) закрепление ранее освоенных детьми движений

4) предупреждение у детей утомления, отдыха

11. Выберите правильный ответ. В заключительной части физкультурных занятий урочного типа для постепенного снижения физической нагрузки используются:

1) ходьба, задания на внимания, дыхательные упражнения

2) кратковременный бег в среднем темпе и беговые упражнения

3) различные прыжковые упражнения

4) танцевальные упражнения и упражнения в равновесии

12. Выберите правильный ответ. Оптимальность физической нагрузки оценивается показателями пульса у детей. В основной части физкультурных занятий урочного типа он не должен участиться (без учета подвижной игры) более чем на:

1) 10-15%

2) 20-25%

3) 50%

4) 80%

13. Выберите правильный ответ. В 3-4 летнем возрасте тренирующий эффект обеспечивают упражнения с частотой сердечных сокращений (ЧСС) не менее:

1) 90-100 уд. мин

2) 115-125 уд. мин

3) 130-140 уд. мин

4) 150-160 уд. мин

14. Выберите правильный ответ. В 5-7 летнем возрасте тренирующий эффект обеспечивают упражнения с ЧСС не менее:

1) 100-110 уд. мин

2) 120-130 уд. мин

3) 140-150 уд. мин

4) 160-165 уд. мин

Ключ к заданиям

1. 1 3) 2 5) 4 7) 2 9) 4 11) 1 13) 3
2. 2 4) 3 6) 1 8) 2 10) 4 12) 3 14) 3

*2.«Физическое воспитание детей младшего школьного возраста: особенности возрастного развития, задачи, средства, особенности методики физического воспитания»*

*3. «Физическое воспитание детей среднего школьного возраста: особенности возрастного развития, задачи, средства, особенности методики физического воспитания»,*

1.Выберите правильный ответ. Под двигательной активностью понимают:

1) суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни

2) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся

3) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности

4) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства

2.Выберите правильный ответ. В период обучения в общеобразовательной школе двигательная активность учащихся при переходе из класса в класс:

1) незначительно увеличивается

2) значительно увеличивается

3) остается без изменения

4) все более уменьшается

3.Укажите среди нижеперечисленных основную форму занятий физическими упражнениями в начальной школе:

1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня

2) урок физической культуры

3) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня (спортивный час)

4) секции общей физической подготовки и секций по видам спорта

4. Выберите правильный ответ. В младшем школьном возрасте упражнения на скорость следует выполнять:

1) 3-4 сек

2) 6-8 сек

3) 15 сек

4) 20-25 сек

5. Выберите правильный ответ. В младшем школьном возрасте из методов упражнения преимущественно отдается:

1) расчлененному методу

2) целостному методу

3) сопряженному методу

4) методам стандартного упражнения

6. Выберите правильный ответ. В процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста по возможности надо исключить:

1) упражнения на выносливость

2) упражнения на частоту движений

3) упражнения, связанные с натуживанием (задержкой дыхания), и значительные статические напряжения

4) скоростно – силовые упражнения

7.Выберите правильный ответ. Отличительной особенностью физкультурных занятий в начальной школе является акцент на решение:

1) оздоровительных задач

2) образовательных задач

3) воспитательных задач

4) задач по формированию телосложения и регулирования массы тела средствами физического воспитания

8.Выберите правильный ответ. В процессе воспитания детей среднего школьного возраста в первую очередь следует уделять внимание развитию:

1) координационным способностям, времени, скоросто-силовым

2) силе

3) выносливости

4) гибкости

9. Выберите правильный ответ. Особенностью урочных форм занятий с детьми среднего школьного возраста является:

1) основная гимнастика

2) подвижные игры и спортивные развлечения

3)углубленного обучения базовым видам двигательных действий (гимнастика, лыжный спорт, легкая атлетика, спортивные игры)

4) упрощенные формы спортивных упражнений

10. Выберите правильный ответ. Мышечная масса особенно интенсивно нарастает:

1) у мальчиков 11-12 лет, у девочек в 10-11 лет

2) у мальчиков 12-13 лет, у девочек в 12-13 лет

3) у мальчиков 14-15 лет, у девочек в 13-14 лет

4) у мальчиков 13-14 лет, у девочек в 11-21 лет

11.Выберите правильный ответ. Полного морфологического и функционального совершенствования сердце достигает лишь к:

1) 18 годам

2) 20 годам

3) 17 годам

4) 19 годам

12. Выберите правильный ответ. В период полового созревания у подростков отличается наиболее высокий темп развития:

1) пищеварительной системы

2) выделительной системы

3) дыхательной системы

4) кровообращения

13. Выберите правильный ответ. В среднем школьном возрасте используются в качестве базовых игр следующие:

1) ролевые

2) сюжетные

3) настольный теннис, бадминтон

4) баскетбол, гандбол, волейбол, футбол (м)

Ключ к заданиям

1. 1 6) 3 11) 2
2. 4 7) 2 12) 3
3. 2 8) 1 13) 4
4. 2 9) 3
5. 2 10) 4

**Контрольная работа по теме «Физическое воспитание детей старшего школьного возраста особенности возрастного развития, задачи, средства, особенности методики физического воспитания», «Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем, девиантным поведением»**

Предлагаемый пакет контрольно-измерительных материалов включает 2 разнозначных вариантов , состоящих из 8 заданий.  
Каждому заданию присвоен уровень сложности , в соответствие с которыми рекомендуется проводить оценку результативность выполнения работы .  
Время работы - 1 час..  
Задания № 1-6- задание 2 уровня –РВ - репродукция деятельность. Выполнения каждого из указанных заданий оценивается в 10% успешности.

Задание № 7,8- задание 3 уровня- ПВ- самостоятельное мышление, творческого применения знаний. Успешное выполнение этих заданий оценивается в 15%. Задание 2 и 3 уровня оценивается: правильные неправильны, частично правильные (1/2 ответа). Частично правильными считаются ответы при обоснование большинства, но не ключевых моментов, неполная последовательность, неполный объем. Правильным считается ответ, отличающийся логикой мышления, обоснованность, абсолютным знание материала, который использует студент.  
 Критерии оценивания результатов выполнения работы:  
 Менее 50% - «2»  
 50 – 67% - «3»   
 68% - 85% - «4»  
 86% - 100% – «5»

**Вариант 1**

1.Раскройте особенности возрастного развития девушек 16-18 лет

2.Перечислите задачи физического воспитания старшеклассников

3.Перечислите основные виды физических упражнений (по признаку вида спорта), входящего в школьную программу физического воспитания детей старшего школьного возраста

4.Какие методы физического воспитания используются в работе со старшеклассниками

5.Укажите роль гимнастических упражнений для юношей

6.Укажите на какие 3 медицинские группы распределяют школьников в соответствии с состоянием здоровья

7.Перечислите какие упражнения исключаются полностью из физфоспитания детей с ослабленным здоровьем

8.Укажите основную задачу для детей, относящихся по состоянию здоровья к подготовительной группе

**Вариант 2**

1.Раскройте особенности возрастного развития юношей 16-18 лет

2.Назовите особенности методики физического воспитания школьников

3.Укажите, что является основной формой физического воспитания учащихся с отклонениями в состоянии здоровья

4.Назовите средства физического воспитания старшеклассников из программы «Легкая атлетика»

5.Укажите какие физические качества благоприятно развивать в старшем школьном возрасте

6.Назовите практическую значимость гимнастических упражнений для девушек

7.Назовите какой двигательный режим рекомендуется для детей с ослабленным здоровьем

8.Укажите основную задачу для детей, относящихся по состоянию здоровья к специальной группе

**Контрольная работа по теме «Физическое воспитание учащихся колледжей, гимназий: задачи, основные разделы программы»**    
Предлагаемый пакет контрольно-измерительных материалов включает 3 разнозначных вариантов , состоящих из 7 заданий.  
Каждому заданию присвоен уровень сложности , в соответствие с которыми рекомендуется проводить оценку результативность выполнения работы .  
Время работы - 1 час..  
Задания № 1-5- задание 2 уровня –РВ - репродукция деятельность. Выполнения каждого из указанных заданий оценивается в 10% успешности.

Задание № 6,7- задание 3 уровня- ПВ- самостоятельное мышление, творческого применения знаний. Успешное выполнение этих заданий оценивается в 10% Задание 2 и 3 уровня оценивается: правильные неправильны, частично правильные (1/2 ответа). Частично правильными считаются ответы при обоснование большинства, но не ключевых моментов, неполная последовательность, неполный объем. Правильным считается ответ, отличающийся логикой мышления, обоснованность, абсолютным знание материала, который использует студент.  
 Критерии оценивания результатов выполнения работы:  
 Менее 50% - «2»  
 50 – 67% - «3»   
 68% - 85% - «4»  
 86% - 100% – «5»

**Вариант 1**

1.Раскройте цель физического воспитания студентов

2.Назовите на что направлен контрольный раздел программы по физическому воспитанию студентов

3.Назовите какой возраст студентов благополучен для развития физических качеств

4.Перечислите возрастные особенности контингента обучающихся студентов

5.Укажите какие нагрузки целесообразно использовать на первой паре по физической культуре

6.Раскройте график занятий студентов физическими упражнениями во время экзаменационной сессии

7.Определите основные направления физического воспитания студентов

**Вариант 2**

1.Раскройте задачи физического воспитания студентов

2.Определите из каких занятий состоит практический раздел программы по физическому воспитанию студентов

3.Выявите к каким возрастам относятся контингент обучающихся в ССУЗах и ВУЗах

4.Определите на что должна быть направлена оптимизация физического развития студентов

5.Определите на развитие каких способностей должны быть направлены занятия физическими упражнениями в первой половине каждого семестра

6.Раскройте направленность занятий физическими упражнениями в период сессии

7.На какие группы в зависимости от характера заболевания делятся студенты специального отделения

**Вариант 3**

1.Определите, какие разделы содержит программа по физическому воспитанию студентов

2.Выявите, чем предусматривает овладение программа по физическому воспитанию

3.Обоснуйте, от чего зависит высокая умственная активность студентов

4.Укажите на основе чего должны осуществляться развитие физкультурно-спортивных интересов

5.Укажите какие нагрузки целесообразно использовать на 3-4 паре по физической культуре

6.Определите назначение занятий физическим воспитанием, проходящих на первой паре

7.Перечислите учебные отделения, в которые попадает студент по физическому воспитанию.

**Тестирование по теме: «Общая характеристика спорта»**

1.Выберите правильный ответ. Спорт (в широком понимании) – это:

а) вид специальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей

б) собственно соревновательная деятельность. Специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности

в) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях

г) педагогический процесс. Направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека

2.Укажите конечную цель спорта:

а) физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности

б) совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся

в) выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей

г) развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся

3. Выберите правильный ответ. Спортивная форма – это:

а) высшая степень подготовленности спортсмена. Характеризующаяся его способностью к одновременной реализации в соревновательной деятельности, различных сторон подготовленности

б) специализированная соревновательная деятельность, в которой два или больше соперников стремятся победить друг друга

в) специальная спортивная дисциплина, призванная глубоко проникать в суть явлений физического воспитания, всесторонне раскрывать его закономерности

г) исторически сложившийся в ходе развития спорта вид соревновательной деятельности, сформировавшийся как самостоятельная ее составляющая

4.Определите классификацию видов спорта, деленную на шесть групп в теории спорта составленную на основе:

а) структурной сложности двигательных действий

б) требований конкретного вида спорта к проявлению физических (двигательных) способностей

в) особенности предмета состязаний и характера двигательной активности

г) принадлежности конкретного вида спорта к той или иной зоне мощности, в рамках которой преимущественно выполняется соревновательное действие

5. Выберите правильный ответ. Спортивное достижение – это:

а) показатель спортивного мастерства и способностей спортсмена, выраженный в конкретных результатах

б) высшая степень подготовленности спортсменов

в) упорядоченная организация деятельности по обеспечению максимального оздоровления и совершенствования человека в сфере спорта

г) специфическая двигательная активность человека

6. Выберите правильный ответ. Соревновательная деятельность – это:

а) социальная сущность и назначение спорта в современном обществе

б) специфическая двигательная активность человека, осуществляемая в условиях официальных соревнований на пределе психологических и физических сил человека, конечной целью которой является установление определенных результатов

7. Выберите правильный ответ. Спортивная тренировка – это:

а) подготовка к спортивным состязаниям, построенная в виде системы упражнений и представляющая собой педагогически организованный процесс управления развитием спортсмена

б) повторное выполнение спортсменом упражнения с целью достижения наибольшего высокого результата

в) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности

г)упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта

8. Укажите функции спорта, которые можно условно разделить:

а) специфические и общие

б) основные и вспомогательные

в) специфические и общепедагогические

г) общедоступные и высших достижений

9. Выберите правильный ответ. Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются:

а) восстановительные средства (парная баня, массаж, гидропроцедуры)

б)продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси

в) физические упражнения

г) мобилизующие, корригирующие, релаксирующие средства

10. Перечислите основные направления спортивного достижения:

а) школьно – студенческие и профессиональные

б) общедоступный и спорт высших достижений

в) оздоровительно – рекреативные и зрелещно – коммерческие

г) профессионально – прикладной и супердостиженческий

11. Определите цель спортивной тренировки:

а) совершенствование двигательных качеств и верх возможностей функциональных систем организма, обеспечивающих успешное выполнение соревновательного упражнения и достижение планируемых результатов

б) освоение техники и тактики избранной спортивной дисциплины

в) подготовка к спортивным состязаниям, направленного на достижение максимально возможного для данного спортсмена уровня подготовленности, обусловленного спецификой соревновательной деятельности

г) приобретение теоретических знаний и практического опыта, необходимого для успешной тренировки и соревновательной деятельности

12. Дайте определение воздействию физического упражнения на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем:

а) физическое совершенствование

б) спортивная тренировка

в) физическая подготовка

г) нагрузка

13. Выберите правильный ответ. Тренированность можно разделить на:

а) общую и специальную

б) специальную подготовку и общеподготовительную

в) физкультура и спорт

г) подводящая и развивающая

14. Выберите правильный ответ. Средства спортивной тренировки подразделяются на:

а) физические упражнения, оздоровительные силы природы, гигиенические факторы

б) избранно – соревновательные, специально – подготовительные, общеподготовительные

в) подводящие и развивающие

г) словесные и наглядные

КЛЮЧ К ЗАДАНИЯМ

1. б 6) б 11) в
2. а 7) а 12) г
3. а 8) а 13) а
4. в 9) в 14) б

5)а 10) б

1. ***Практические работы***

**Практическая работа № 1** *Тема: История физической культуры и спорта зарубежных стран*

«Составление сравнительной характеристики спартанской и афинской систем физического воспитания»

Цель:

Закрепить знания о физическом воспитании в Афинах и Спарте.

**Практическая работа № 2** *Тема: Основы теории и методики обучения двигательным действиям*

«Составление программы обучения двигательному действию в три этапа (на основе определения частной задачи по обучению двигательному действию из избранного студентом вида спорта)»

Цель:

Закрепить знания о двигательных умениях и навыках, об основах формирования ДН, о структуре процесса обучения и особенностях его этапов.

***3.Самостоятельные работы***

**Тема 1.1. История физической культуры и спорта зарубежных стран**

*1. «Древнегреческие олимпийские игры»*

Цель: Ознакомление с возникновением, развитием и причинами упадка олимпийских игр античности

*2.«Зарождение элементов науки о физическом воспитании в Древней Греции»*

Цель: Ознакомление с педагогическими идеями и естественно - научными вопросами физического воспитания в Древней Греции

*3. «Создание и развитие систем ФК в странах Востока»*

Цель: Ознакомление и систематизация восточных направлений в системе физического воспитания

**Тема 1.2. «История физической культуры и спорта в России»**

*1.«Физическое воспитание в России в 6-9 вв . Роль Петра в становлении государственной формы военно-физического воспитания в военных учебных заведениях».*

Цель: Определение форм физического воспитания в России в 6-9 вв. и роль Петра I в этот период.

*2.Разработка таблицы «Организационные и управленческие основы системы физического воспитания в СССР с 1917 до 1945 гг»*

Цель:Выявление организационных и управленческих основ системы физического воспитания в СССР с 1917 до 1945 гг

*3.«Система физического воспитания П.Ф. Лесгафта»*

Цель: Ознакомление с системой физического воспитания (образования) в России

**Тема 1.3. «Международное спортивное движение»**

*1.«Международное рабочее спортивное движение»*

Цель: Ознакомление с международным спортивным движением

*2.«Олимпийские игры до 1 половины 20 века»*

Цель:Анализирование и систематизация информации по истории олимпийских игр

*3.«Олимпийские игры (зимние, летние) со 2-ой половины 20 века»*

Цель:Систематизирование и анализ информации по истории олимпийских игр

*4.«Проблемы международного спортивного движения»*

Цель: Выявление проблем в международном спортивном движении

**Тема 2.1. Общая характеристика теории физического воспитания**

1. *«Разработка картотеки по использованию информации по ТФВ для решения педагогических задач, возникающих в ходе занятий ФК для профессионального образования и саморазвития»*

Цель:Выявление и систематизацияинформации по ТФВ для решения педагогических задач, возникающих в ходе занятий ФК для профессионального образования и саморазвития

*2.«Разработка картотеки по использованию информации по ТФВ для решения педагогических задач, возникающих в ходе занятий ФК для профессионального образования и саморазвития»*

Цель:Выявление и систематизацияинформации по ТФВ для решения психологических задач, возникающих в ходе занятий ФК для профессионального образования и саморазвития

*3. «Составление физкультурно-спортивного словаря с основными понятиями в области ФК»*

Цель:Формирование знаний о сущности и причинах возникновения физического воспитания в обществе, о роли и месте физической культуры и спорта в современном обществе; освоение понятийного аппарата теории и методики физического воспитания; развитие познавательных умений.

*4.«Сбор информации для разработки картотеки по ТМФ»*

Цель:Формирование знаний о сущности и причинах возникновения физического воспитания в обществе, о роли и месте физической культуры и спорта в современном обществе; освоение понятийного аппарата теории и методики физического воспитания; развитие познавательных умений.

**Тема 2.2. «Направленное формирование личности в процессе физического воспитания»**

*«Требования к личности преподавателя как воспитателя: обязательные деловые качества и основные личностные качества преподавателя»*

Цель: Выявление уровня знаний о требованиях к личности преподавателя как воспитателя :его обязательные деловые качества и основные личностные качества; развитие познавательных умений.

**Тема 2.4. «Теоретические и методические основы развития физических качеств»**

*1.«Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития силовых способностей»*

Цель: Закрепление знаний о силовых способностях

*2.«Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития скоростных способностей»*

Цель: Закрепление знаний о скоростных способностях

*3.«Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития выносливости»*

Цель: Закрепление знаний о выносливости

*4.«Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития гибкости»*

Цель: Закрепление знаний о гибкости

*5.«Разработка контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития двигательно - координационных способностей»*

Цель: Закрепление знаний о двигательно - координационных способностях

**Тема 2.5. «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, школьного возраста, учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений»**

*«Наблюдение и анализ занятий уроков физической культуры в школе»*Цель: Формирование знаний о задачах, средствах, методах и методических особенностях физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста, формах организации с ними занятий физическими упражнениями, овладение умением формулировать основные требования к изучаемым объектам в сфере профессиональной деятельности.

**Тема 3.1. «Общая характеристика спорта»**

*«Мой любимый вид спорта»*

Цель: Формирование знаний о сущности спорта, его функциях, формах и условиях функционирования в обществе, основные направления в развитии спортивного движения; развитие познавательных умений.