



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

### «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ С ПРАКТИКУМОМ»

S/N: 23D16332126F20AC455A1AC0A6706C67

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. Перечень

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СГПИ

Дата подписания: 04.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

## 1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ШССЗ в рамках учебной дисциплины

Перечень и содержание компетенций указаны в п.3 «Требования к результатам освоения содержания дисциплины» рабочей программы дисциплины.

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении студентами дисциплины являются:

- начальный - на этом этапе формируются знаниевые и инструментальные основы компетенции, осваиваются основные категории, формируются базовые умения. В целом знания и умения носят репродуктивный характер. Студент воспроизводит термины, факты, методы, понятия, принципы и правила; решает учебные задачи по образцу. Если студент отвечает этим требованиям можно говорить об освоении им порогового уровня компетенции;

- основной этап - знания, умения, навыки, обеспечивающие формирование компетенции, значительно возрастают, но еще не достигают итоговых значений. На этом этапе студент осваивает аналитические действия с предметными знаниями по конкретной дисциплине, способен самостоятельно решать учебные задачи, внося коррективы в алгоритм действий, осуществляя соморегуляцию в ходе работы, переносить знания и умения на новые условия. Успешное прохождение этого этапа позволяет достичь повышенного уровня сформированности компетенции;

- завершающий этап - на этом этапе студент достигает итоговых показателей по заявленной компетенции, то есть осваивает весь необходимый объем знаний, овладевает всеми умениями и навыками в сфере заявленной компетенции. Он способен использовать эти знания, умения, навыки при решении задач повышенной сложности и в нестандартных условиях. По результатам этого этапа студент демонстрирует продвинутый уровень сформированности компетенции.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соответствующих этапам формирования в процессе освоения образовательной программы, представлен в п. 6.4 «Критерии оценки качества освоения учебной дисциплины» рабочей программы.

### Общие компетенции (ОК):

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 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях..

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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 воспитанников, 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.

## **Профессиональные компетенции (ПК):**

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.

*ПК.1.2. Проводить уроки*

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.

ПК 1.4. Анализировать уроки.

ПК-1.5. Вести документацию, обеспечивающую обучение по программам начального общего образования.

ПК 4.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК.4.2. Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.

ПК.4.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и ФГОС СПО - 03 5 образовательные технологии в области начального общего образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК.4.4. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК.4.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области начального образования.

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении студентами дисциплины являются:

- начальный - на этом этапе формируются знание вые и инструментальные основы компетенции, осваиваются основные категории, формируются базовые умения. В целом знания и умения носят репродуктивный характер. Студент воспроизводит термины, факты, методы, понятия, принципы и правила; решает учебные задачи по образцу. Если студент отвечает этим требованиям можно говорить об освоении им порогового уровня компетенции;

- основной этап - знания, умения, навыки, обеспечивающие формирование компетенции, значительно возрастают, но еще не достигают итоговых значений. На этом этапе студент осваивает аналитические действия с предметными знаниями по конкретной дисциплине, способен самостоятельно решать учебные задачи, внося коррективы в алгоритм действий, осуществляя соморегуляцию в ходе работы, переносить знания и умения на новые условия. Успешное прохождение этого этапа позволяет достичь повышенного уровня сформированности компетенции;

- завершающий этап - на этом этапе студент достигает итоговых показателей по заявленной компетенции, то есть осваивает весь необходимый объем знаний, овладевает всеми умениями и навыками в сфере заявленной компетенции. Он способен использовать эти знания, умения, навыки при решении задач повышенной сложности и в нестандартных условиях. По результатам этого этапа студент демонстрирует продвинутый уровень сформированности компетенции.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соответствующих этапам формирования в процессе освоения ППСЗ, представлен в рабочей программе.

## 2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

### 2.1. Критерии определения сформированности компетенций на различных этапах их формирования

Основой критериев для оценивания сформированности компетенции является демонстрируемый обучаемым уровень самостоятельности в применении полученных в ходе изучения учебной дисциплины, знаний, умений и навыков.

<i>Уровни сформированности компетенций</i>		
<i>пороговый</i>	<i>повышенный</i>	<i>продвинутый</i>
Компетенция сформирована. Демонстрируется недостаточный уровень самостоятельности практического навыка.	Компетенция сформирована. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	Компетенция сформирована. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка.

### 2.2. Показатели оценивания компетенций и шкалы оценки

<b>Оценка «неудовлетворительно» (не зачтено) или отсутствие сформированности компетенции</b>	<b>Оценка «удовлетворительно» (зачтено) или пороговый уровень освоения компетенции</b>	<b>Оценка «хорошо» (зачтено) или повышенный уровень освоения компетенции</b>	<b>Оценка «отлично» (зачтено) или продвинутый уровень освоения компетенции</b>
Неспособность обучаемого самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения, отсутствие самостоятельности в применении умения к использованию методов освоения учебной дисциплины и неспособность самостоятельно	Если обучаемый демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем, по заданиям, решение которых было показано преподавателем, следует считать, что компетенция сформирована, но ее уровень	Способность обучающегося продемонстрировать самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель при потенциальном формировании компетенции, подтверждает наличие сформированной компетенции, причем	Обучаемый демонстрирует способность к полной самостоятельности (допускаются консультации с преподавателем по сопутствующим вопросам) в выборе способа решения неизвестных или нестандартных заданий в рамках учебной дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных

<p>проявить навык повторения решения поставленной задачи по стандартному образцу свидетельствуют об отсутствии сформированной компетенции. Отсутствие подтверждения наличия сформированности компетенции свидетельствует об отрицательных результатах освоения учебной дисциплины</p>	<p>недостаточно высок. Поскольку выявлено наличие сформированной компетенции, ее следует оценивать положительно, но на низком уровне</p>	<p>на более высоком уровне. Наличие сформированной компетенции на повышенном уровне самостоятельности со стороны обучаемого при ее практической демонстрации в ходе решения аналогичных заданий следует оценивать как положительное и устойчиво закрепленное в практическом навыке</p>	<p>как в ходе освоения данной учебной дисциплины, так и смежных дисциплин, следует считать компетенцию сформированной на высоком уровне. Присутствие сформированной компетенции на высоком уровне, способность к ее дальнейшему саморазвитию и высокой адаптивности практического применения к изменяющимся условиям профессиональной задачи</p>
<p>Уровень освоения дисциплины, при котором у обучаемого не сформировано более 50% компетенций. Если же учебная дисциплина выступает в качестве итогового этапа формирования компетенций (чаще всего это дисциплины профессионального цикла) оценка «неудовлетворительно» должна быть выставлена при отсутствии сформированности</p>	<p>При наличии более 50% сформированных компетенций по дисциплинам, имеющим возможность доформирования компетенций на последующих этапах обучения. Для дисциплин итогового формирования компетенций естественно выставлять оценку «удовлетворительно», если сформированы все компетенции и более 60% дисциплин профессионального</p>	<p>Для определения уровня освоения промежуточной дисциплины на оценку «хорошо» обучающийся должен продемонстрировать наличие 80% сформированных компетенций, из которых не менее 1/3 оценены отметкой «хорошо». Оценивание итоговой дисциплины на «хорошо» обуславливается наличием у обучаемого всех сформированных компетенций причем</p>	<p>Оценка «отлично» по дисциплине с промежуточным освоением компетенций, может быть выставлена при 100% подтверждении наличия компетенций, либо при 90% сформированных компетенций, из которых не менее 2/3 оценены отметкой «хорошо». В случае оценивания уровня освоения дисциплины с итоговым формированием компетенций оценка</p>

хотя бы одной компетенции	цикла «удовлетворительно»	общепрофессиональн ых компетенции по учебной дисциплине должны быть сформированы не менее чем на 60% на повышенном уровне, то есть с оценкой «хорошо».	«отлично» может быть выставлена при подтверждении 100% наличия сформированной компетенции у обучаемого, выполнены требования к получению оценки «хорошо» и освоены на «отлично» не менее 50% общепрофессиональн ых компетенций
---------------------------	------------------------------	---	---

Положительная оценка по дисциплине, может выставляться и при неполной сформированности компетенций в ходе освоения учебной дисциплины, если их формирование предполагается продолжить на более поздних этапах обучения, в ходе изучения других учебных дисциплин (в соответствии с разделом Место дисциплины в структуре ОПОП в Рабочей программе дисциплины).

Шкала оценивания		Критерии оценивания
«зачтено»	«отлично»	<b>студент должен:</b> продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала; исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; правильно формулировать определения; продемонстрировать умения самостоятельной работы с рекомендованной литературой; уметь сделать выводы по излагаемому материалу
	«хорошо»	<b>студент должен:</b> продемонстрировать достаточно полное <i>знание</i> материала; продемонстрировать <i>знание</i> основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал; продемонстрировать <i>умение</i> ориентироваться в литературе по проблематике дисциплины; <i>уметь</i> сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу
	«удовлетворительно»	<b>студент должен:</b> продемонстрировать общее <i>знание</i> изучаемого материала; <i>знать</i> основную рекомендуемую программой дисциплины учебную литературу; <i>уметь</i> строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; показать общее <i>владение</i> понятийным аппаратом дисциплины;

Шкала оценивания		Критерии оценивания
«не зачтено»	«неудовлетворительно»	<b>ставится в случае:</b> незнания значительной части программного материала; не владения понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу.

**Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине**  
**МДК 01.03. Теория и методика физического воспитания с практикумом**  
(наименование дисциплины)

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины*	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	<p>Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания</p> <p>Раздел 2. Организация работы по физическому воспитанию в начальной школе</p>	<p align="center"><b>Общие компетенции (ОК):</b></p> <p>ОК 1.Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2.Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3.Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях..</p> <p>ОК 4.Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 5.Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6.Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами</p> <p>ОК 7.Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.</p> <p>ОК 8.Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации</p> <p>ОК 9.Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий</p> <p>ОК 10.Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.</p> <p>ОК 11.Строить профессиональную деятельность с</p>	<p>Реферат, сообщение, доклад, контрольная работа, тесты, контрольные вопросы</p>

	<p>Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания</p> <p>Раздел 2. Организация работы по физическому воспитанию в начальной</p>	<p>соблюдением регулирующих ее правовых норм.</p> <p><b>Профессиональные компетенции (ПК):</b>  ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.  <i>ПК.1.2. Проводить уроки</i>  ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.  ПК 1.4. Анализировать уроки.  ПК-1.5. Вести документацию, обеспечивающую обучение по программам начального общего образования.  ПК 4.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно- тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.  ПК.4.2. Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.  ПК.4.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и ФГОС СПО - 03 5 образовательные технологии в области начального общего образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.  ПК.4.4. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.  ПК.4.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области начального образования.</p>	
--	--	--	--

**3. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения ППСЗ**

---

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный педагогический институт»

**Тематика докладов по дисциплине  
«Теория и методика физического воспитания с практикумом»**

Тематика докладов, выполняемых при изучении дисциплины:

1. Общесоциально-педагогические принципы системы физического воспитания
2. Режим дня младшего школьника как средство физического воспитания
3. Средства и методы развития быстроты
4. Средства и методы развития силы
5. Средства и методы развития ловкости
6. Средства и методы развития выносливости
7. Средства и методы развития гибкости
8. Античные Олимпийские игры
9. Современные Олимпийские игры
10. История гимнастики
11. Гимнастические системы
12. Особенности проведения ОРУ с использованием предметов и без предмета
13. Структура процесса обучения двигательным действиям
14. Назначение и особенности строевых упражнений
15. Создание национальных систем гимнастики

Рекомендации по написанию доклада

1. Составить план доклада
2. Подобрать основные источники
3. Систематизировать полученные сведения
4. Сделать выводы и обобщение

Как правило, выступление строится по следующей схеме: введение (1-2 мин), аргументированное освещение вопроса (5-6 мин), общение-вывод (1-2 мин). При выступлении с докладом, студентам разрешается пользоваться подготовленным материалом. Однако это не означает, что нужно читать доклад полностью. Необходимо стараться излагать материал своими словами, иногда зачитывая определения понятий, тезисы.

***Критерии оценки доклада:***

1. Соответствие содержания теме
2. Глубина проработки материала
3. Правильность и полнота использования источников  
«Отлично» - содержание доклада раскрывает тему в полном объеме. Студент знает содержание доклада, сделал обобщение и вывод.  
«Хорошо» - содержание доклада соответствует теме, но студент часто прибегал к чтению доклада.  
«Удовлетворительно» - некоторые вопросы доклада изложены недостаточно полно. Студент неуверенно излагал материал.



---

«Неудовлетворительно» - неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный педагогический институт»

**Тематика рефератов по дисциплине  
«Теория и методика физического воспитания с практикумом»**

Тематика рефератов

1. Физические упражнения – основное средство физического воспитания
2. Гимнастика как средство физического воспитания
3. Подвижные игры как средство физического воспитания
4. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания
5. Народные подвижные игры в физическом воспитании младших школьников
6. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности младших школьников
7. Взаимосвязь средств физического воспитания и их влияние на развитие личности младшего школьника
8. Диагностика утомления психомоторной работоспособности человека.
9. Психофизиологические основы индивидуализации обучения и воспитания учащихся.
10. Олимпийские игры и Универсиады и стремление молодежи к гармоническому психофизическому развитию.

Критерии оценки реферата

1. Соответствие содержания реферата теме
2. Последовательность в изложении материала, соответствие его с планом реферата
3. Глубина проработки материала
4. Правильность и полнота использования источников
5. Соответствие оформления реферата стандартам

«Отлично» - содержание реферата соответствует теме. Дан анализ нескольких источников. Вопросы раскрыты в полном объеме, в соответствии с планом. Приведены ссылки на используемую литературу. Сделаны правильные выводы. Студент знает содержание реферата.

«Хорошо» - содержание реферата соответствует теме. Вопросы раскрыты в соответствии с планом, но использованы (2-3) источника. Выводы сделаны по существу выполняемой работы.

«Удовлетворительно» - некоторые вопросы (разделы) реферата изложены недостаточно полно, дано краткое изложение основного содержания. При выполнении реферата студент недостаточно проявил самостоятельности.

«Неудовлетворительно» - тезис отсутствует или не соответствует теме реферата; в основной части нет логичного последовательного раскрытия темы; выводы не вытекают из основной части; отсутствует деление текста на введение, основную часть и заключение; язык работы можно оценить как «примитивный».

---

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный педагогический институт»

**Тематика заданий для контрольной работы по дисциплине  
«Теория и методика физического воспитания с практикумом»**

Контрольная работа 1. Тема: «Физическое воспитание как педагогический процесс».

Вариант 1.

1. Дайте определение понятия «двигательное умение»
2. Охарактеризуйте принцип наглядности, принцип систематичности и последовательности
3. Какие практические методы используют для совершенствования техники физического упражнения

Вариант 2.

1. Дайте определение понятия «двигательный навык»
2. Охарактеризуйте принцип прочности, принцип активности и сознательности.
3. Какие словесные и наглядные методы используют в процессе обучения физическим упражнениям.

Контрольная работа 2. Тема: «Урок – основная форма работы в школе»

Вариант 1.

1. Требования к уроку физической культуры
2. Методы ведения урока
3. Технология составления плана-конспекта урока

Вариант 2.

1. Структура урока физической культуры
2. Методика проведения урока физической культуры
3. Укажите упражнения и методы их проведения (способы организации учащихся – графически)

Критерии оценки:

«Отлично» - студент полно и правильно изложил вопросы, привел примеры, раскрывающие те или иные положения, сделал вывод.

«Хорошо» - студент правильно изложил вопросы, но недостаточно полно раскрыл суть вопроса или допустил незначительные неточности.

«Удовлетворительно» - студент смог частично раскрыть вопросы, привести некоторые примеры, подтверждающие те или иные положения.

«Неудовлетворительно» - студент не раскрыл вопросы, не смог привести примеры.

---

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный педагогический институт»

**Тесты по дисциплине «Теория и методика физического воспитания с практикумом»**  
**Вариант 1**

- 1). Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:
- а) Физической культурой;
  - б) Физической подготовкой;
  - в) Физическим воспитанием;
  - г) Физическим образованием.
- 2). Результатом физической подготовки является:
- а) Физическое развитие индивидуума;
  - б) Физическое воспитание;
  - в) Физическое совершенство;
  - г) Физическая подготовленность.
- 3). К показателям, характеризующим физическое развитие человека, относятся:
- а) Показатели уровня физической подготовленности;
  - б) Показатели телосложения, здоровья и развития физических качеств;
  - в) Уровень и качество сформированных жизненно важных двигательных умений и навыков;
  - г) Уровень и качество сформированных спортивных двигательных умений и навыков.
- 4). На современном этапе развития общества основными критериями физического совершенства, служат:
- а) Показатели телосложения;
  - б) Показатели здоровья;
  - в) Уровень и качество сформированных двигательных умений и навыков;
- 5). Нормативы и требования государственных программ по физической культуре. Основными специфическими средствами физического воспитания являются:
- а) Физические упражнения;
  - б) Оздоровительные силы природы;
  - в) Гигиенические факторы;
  - г) Тренажеры, гантели, гири.
- 6). Физические упражнения - это:
- А) Двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков;
  - Б) Виды двигательных действий, направленных на морфологические и функциональные перестройки организма;
  - В) Двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физического воспитания;
  - Г) Виды двигательных действий, направленных на изменения форм телосложения и развитие физических качеств.

---

7) Педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства:

- А) Физическая культура;
- Б) Физическое развитие;
- В) Физическое воспитание;
- Г) Физическая подготовленность.

8) Уровень развития двигательных умений, навыков, физических качеств, который определяется контрольными нормативами:

- А) Физическое развитие;
- Б) Физическая культура;
- В) Физическое совершенство;
- Г) Физическая подготовленность.

9) Основными задачами физического воспитания детей являются:

- А) Развивающие;
- Б) Оздоровительные;
- В) Познавательные;
- Г) Воспитательные;
- Д) Образовательные.

10) Осознанные двигательные действия, специально подобранные для решения задач физического воспитания:

- А) Двигательные умения;
- Б) Двигательные навыки;
- В) Физические упражнения;
- Г) Средства физического воспитания;

11) Рациональный способ выполнения движения:

- А) Техника физического упражнения;
- Б) Форма физического упражнения;
- В) Содержание физического упражнения;
- Г) Физические упражнения.

12) Гимнастика, подвижные игры, спорт, туризм:

- А) Двигательные действия;
- Б) Двигательные умения и навыки;
- В) Физические упражнения;
- Г) Средства физического воспитания;

13) Естественный процесс постепенного становления и изменения форм и функций организма и развитие физических качеств:

- А) Физическое воспитание;
- Б) Физическое развитие;
- В) Физическая подготовленность;
- Г) Физическое совершенствование.

14) Укажите, какие из перечисленных принципов являются общеметодическими:

- А) Принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности -индивидуализации;
- Б) Принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;

- 
- В) Принцип циклического построения занятия;
  - Г) Принцип непрерывности, принцип возрастной адекватности.

15) Система действий педагога в процессе преподавания и обучающегося при усвоении учебного материала:

- А) Методический прием;
- Б) Методический принцип;
- В) Метод обучения;
- Г) Методические указания.

16) Степень овладения двигательным действием, которая осуществляется под контролем сознания:

- А) Двигательное умение;
- Б) Двигательное действие;
- В) Двигательный навык;
- Г) Методический прием.

17). Физические качества - это:

- А) Двигательные действия;
- Б) Биологические и психические свойства человека;
- В) Двигательные умения;
- Г) Двигательные навыки.

18). Основу двигательных способностей человека составляют:

- А) Двигательные умения;
- Б) Двигательные навыки;
- Г) Физические качества;
- Д) Двигательные действия.

19). Способность выполнять движение с большой амплитудой:

- А) Сила;
- Б) Быстрота;
- Г) Гибкость;
- Д) Выносливость.

19. Способность овладевать новыми движениями и перестраивать двигательную деятельность:

- А) Ловкость;
- Б) Сила;
- В) Быстрота;
- Г) Выносливость.

21. Система специально подобранных физических упражнений, направленных на решение задач физического воспитания:

- А) Подвижные игры;
- Б) Гимнастика;
- В) Спортивные упражнения
- Д) Туризм.

22. Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся выполнением заданий в соответствии с правилами:

- 
- А) Гимнастика;
  - Б) Спортивные упражнения;
  - В) Подвижные игры;
  - Г) Плавание.

23. Определите верный ответ. Достоянием привилегированного класса до Нового времени было...

- А) Имитация движений
- Б) Образование по физической культуре
- В) Физическое воспитание
- Г) Трудовая деятельность

24. Верно ли утверждение? Формы организованного физического воспитания возникли в Древней Греции.

- А) Да
- Б) Нет

25. Определите верный ответ. Организм человека рассматривается как единое целое, но его органы и системы развиваются...

- А) По законам человека
- Б) Гетерохронно
- В) Одновременно
- Г) Не всегда

26. Определите верный ответ. В своем развитии и становлении дисциплина «Теория и методика физической культуры» прошла...

- А) 5 этапов
- Б) 3 периода
- В) 6 ступеней
- Г) 8 фаз

27. Верно ли утверждение: Результатом физической подготовки является физическая подготовленность.

- А) Нет
- Б) Да

28. Укажите один правильный ответ. Процесс, предъявляющий специальные требования к двигательным способностям, называют...

- А) Спортивной тренировкой
- Б) Спортивными сборами
- В) Tактическим созывом
- Г) Специальной физической подготовкой

29. Выберите правильные ответы. К показателям физического развития человека относят:

- А) Здоровье
- Б) Работоспособность

- В) Уровень развития физических качеств
- Г) Телосложение
- Д) Психологическую подготовленность
- Е) Деятельность центральной нервной системы

30. Выберите правильный ответ. Предметом изучения теории физической культуры является установление...

- А) Эндогенных факторов
- Б) Частных методик
- В) Общих закономерностей
- Г) Культурологических ценностей

31. Выберите правильный ответ. Дифференцировка дисциплины "Теория и методика физического воспитания" произошла на каком этапе?

- А) 5      В) 2      Д) 4
- Б) 1      Г) 3      Е) 6

32. Дайте верное определение понятию. Под физическим развитием понимается...

- А) Процесс совершенствования физических качеств в физическом воспитании в спорте высших достижений
- Б) Процесс изменения морфо-функциональных свойств организма на протяжении жизни и основанных на них физических качеств
- В) Уровень наследственности и генетическая предрасположенность к занятиям физическими упражнениями

33. Выберите правильный ответ. Что является отличительным признаком физической культуры?

- А) Соотношение естественно-средовых и физических свойств человека
- Б) Организованность занимающихся на уроке физической культуры
- В) Выполнение физических упражнений

34. Укажите правильный ответ. Состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни – это...

- А) Гармония
- Б) Дееспособность
- В) Здоровье

35. Выберите правильный ответ. Физическая культура представляет собой ...

- А) Вид культуры, направленный на физическое совершенствование человека
- Б) Учебный предмет в школе
- В) Процесс совершенствования психологических возможностей человека
- Г) Богатство знаний отдельных наук

36. Дайте верное определение понятию: Физическое совершенство – это...

- А) Созданная мускулатура человеческого тела
- Б) Процесс изменения функциональных свойств организма человека



- В) Физическое состояние и степень здоровья человека
- Г) Уровень развития кондиционных способностей
- Д) Мера физической подготовленности и гармоничного физического развития

37. Выберите два правильных ответа. Специфика физического воспитания, как одного из видов воспитания, заключается в...

- А) Формировании двигательных умений и навыков
- Б) Организации культурного отдыха
- В) Передаче информации между занимающимися
- Г) Воспитании физических качеств
- Д) Соблюдении соотношения биомеханических характеристик движений

38. Укажите три правильных ответа. К принципам системы физического воспитания относят принципы

- А) Прикладности
- Б) Всестороннего гармоничного развития личности
- В) Оздоровительной направленности
- Г) Индивидуализации
- Д) Повторности
- Ж) Единства и преемственности

39. Верно ли следующее утверждение? Принцип фундаментализации физкультурного образования предполагает осознание обучающимися сущности познавательной активности на уроках физической культуры.

- А) Да.
- Б) Нет.

40. Определите правильный ответ. Из каких систем общества складывается Отечественная система физического воспитания?

- А) Компьютерных
- Б) Частных
- В) Социальных
- Г) Инновационных

## Вариант 2

1. Первые Олимпийские игры были проведены:

- А) 1034 г. в США; Б) 776 г. до н.э. в Греции; В) 896 г. до н.э. в Риме; Г) 1428 г. в Праге.

2. Первые Олимпийские игры современности были проведены:

- А) 1896 в Греции Б) 1734 в Риме В) 1928 в Москве Г) 1900 в Китае

3. Московская Олимпиада была проведена:

- А) 1956 г. Б) 1938 г. В) 1972 г. Г) 1980 г.

4. Дайте определение физической культуры:

- А) Физическая культура удовлетворяет биологические потребности;
- Б) Физическая культура – средство отдыха;

- 
- В) Физическая культура – специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности;  
Г) Физическая культура – средство физической подготовки.

5. Недостаток двигательной активности людей называется:

- А) Гипертонией Б) Гипердинамией В) Гиподинамией Г) Гипотонией

6. Недельной нормой двигательной активности студентов являются занятия физическими упражнениями в объеме:

- А) 4-6 ч. Б) 5-7 ч. В) 16 ч. Г) 10-12 ч.

7. Процесс психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности называется:

- А) профессиональная подготовка; Б) профессионально-прикладная подготовка;  
В) профессионально-прикладная физическая подготовка; Г) спортивно – техническая подготовка.

8. Понятие, отражающее прикладную направленность физического воспитания:

- А) физическое воспитание; Б) физическое состояние;  
В) физическая подготовка; Г) физическая нагрузка.

9. Костная система человека состоит:

- А) из 150 костей; Б) из 80 костей; В) из 200 костей; Г) из 250 костей

10. Кости соединяются с помощью:

- А) мышц; Б) суставов; В) сухожилий; Г) жгутиков.

11. Мышечная система включает около:

- А) 400 мышц; Б) 600; В) 500; Г) 300.

12. Основным источником энергии для мышечного волокна являются:

- А) жиры; Б) углеводы; В) белки; Г) все вместе.

13. Сердечно-сосудистая система состоит:

- А) из мышц; Б) из сердца и кровеносных сосудов; В) костей; Г) крови и лимфы.

14. Общее количество крови у взрослого человека:

- А) 3-4 литра; Б) 4-5 литров; В) 2-3 литра; Г) 1-2 литра.

15. Частота сердечных сокращений у взрослого в покое составляет в среднем:

- А) 70 ударов; Б) 60 ударов; В) 40 ударов; Г) 80 ударов.

16. Артериальное давление измеряется:

- А) в килограммах; Б) сантиметрах; В) миллиметрах ртутного столба; Г) сантиметрах кубических.

17. Жизненная емкость легких – это:

- А) количество воздуха, которое может вдохнуть человек;  
Б) количество воздуха, которое может выдохнуть человек после максимально глубокого вдоха;  
В) объем вдоха и выдоха;  
Г) разница между вдохом и выдохом.

---

18. Специализированный отдел центральной нервной системы, регулируемый корой больших полушарий – это:

А) головной мозг; Б) спинной мозг; В) вегетативная нервная система; Г) мозжечок.

19. Понятие «здоровье» можно классифицировать следующим образом:

А) здоровье – это отсутствие болезней;

Б) «здоровье» и «норма» - понятия тождественные;

В) здоровье – состояние человека, отражающее его полное физическое, психическое и социальное благополучие и обеспечивающее полноценное выполнение трудовых, социальных и биологических функций;

Г) отсутствие вредных привычек у человека.

20. Одним из важнейших условий качества рабочей силы является:

А) уровень физической подготовленности; Б) уровень здоровья и физического развития;

В) уровень теоретических знаний; Г) все вместе.

21. Важнейшие компоненты неупорядоченности и хаотичности в организации жизнедеятельности студентов – это:

А) несвоевременный прием пищи; Б) систематическое недосыпание;

В) малое пребывание на свежем воздухе; Г) курение; Д) все вместе.

22. Основными элементами здорового образа жизни студентов выступают:

А) закаливающие процедуры; Б) соблюдение режима труда и отдыха, питания и сна;

В) отказ от вредных привычек; Г) организация целесообразного режима двигательной активности;

Д) все вместе.

23. Среди факторов риска для здоровья ставится на первое место:

А) перегруженность учебно-профессиональными и домашними обязанностями;

Б) конфликты с окружающими; В) злоупотребление алкоголем; Г) все вместе.

24. Обычной нормой ночного сна студента считается

А) 7 - 8 часов; Б) 5-6 часов; В) 3- 4 часа; Г) 10-12 часов.

24. Главное правило полноценного питания не менее

А) одного раза в день; Б) 2 - 3 раза в день; В) 3-4 раза в день; Г) 4-5 раз в день.

25. Оптимальным двигательным режимом для студентов является

такой, при котором мужчины уделяют занятиям физической культурой

А) 3 - 4 часа в неделю; Б) 8 - 12 часов в неделю;

В) 14 - 16 часов в неделю; Г) 16 -18 часов в неделю.

26. Эффективное средство восстановления работоспособности -это:

А) массаж, контрастный душ; Б) гигиена одежды и обуви;

В) уход за полостью рта и зубами; Г) здоровый образ жизни.

27. Личная гигиена включает:

А) соблюдение распорядка дня;

Б) уход за телом;

В) использование одежды и обуви, не оказывающей вредного воздействия на организм;

Г) все перечисленное.

---

1. Учебное время студентов в среднем составляет:

- А) 40 - 44 часа в неделю; Б) 52 - 58 часов неделю;
- В) 60 - 64 часа в неделю; Г) 70-72 часа в неделю.

28. В процессе умственного труда основная нагрузка приходится:

- А) на вегетативную нервную систему; Б) на дыхательную систему;
- В) на ЦНС, ее высший отдел - головной мозг; Г) на подкорку головного мозга.

29. Работоспособность - это способность человека выполнять:

- А) конкретную деятельность в рамках заданных временных лимитов и параметров эффективности;
- Б) специальные умения, навыки, определенные психические, физиологические и физические особенности;
- В) ответственно, добросовестно выполнять работу, необходимую в конкретной деятельности;
- Г) быстро, качественно, целеустремленно выполнять заданную работу.

30. Наиболее работоспособны студенты, отнесенные:

- А) к «утреннему» типу - «жаворонки»; Б) «вечернему» типу - «совы»;
- В) промежуточному типу между «жаворонками» и «совами»; Г) к добросовестным и исполнительным.

31. Динамика умственной работоспособности студентов в недельном учебном цикле имеет периоды:

- А) вработывания, устойчивой работоспособности и период ее снижения;
- Б) «конечного порыва», нервно-эмоционального напряжения;
- В) эмоционального переживания;
- Г) нервного расстройства.

32. Основой организации отдыха при умственной деятельности является принцип:

- А) активного отдыха; Б) пассивного отдыха;
- В) психоэмоциональной разгрузки; Г) аутотренинг.

33. Эффект занятий физическими упражнениями можно повысить, если будет:

- А) произвольный режим жизнедеятельности, где отсутствует элемент физической активности;
- Б) нормализованная двигательная активность;
- В) четкая организация сна, питания, пребывания на свежем воздухе, учебного труда и двигательная активность;
- Г) все перечисленное.

34. Основной фактор утомления студентов - это:

- А) сама учебная деятельность; Б) полное отсутствие интереса, апатия;
- В) отсутствие реакции на новые раздражители; Г) снижение ЧСС.

35. Скоростно-силовые упражнения, упражнения на выносливость и силу мышечных групп характеризуют:

- А) физическую подготовленность студента; Б) физиологическую подготовленность студента;
- В) психическую подготовленность студента; Г) психо-физиологическую подготовленность студента.

---

36.К средствам физического воспитания относятся:

- А) физические упражнения; Б) двигательные действия;
- В) трудовые действия; Г) все перечисленное.

37 Игровой, соревновательный методы относятся:

- А) к методу спортивного воспитания; Б) методу физического воспитания;
- В) методу психического воспитания; Г) методу физического развития.

38.Проставьте этапы обучения движениям в определенной последовательности:

- А) формирование двигательного умения, углублённое детализированное разучивание;
- Б) формирование двигательного навыка, достижение двигательного мастерства;
- В) ознакомление, первоначальное разучивание движения.
- Г) нет правильного ответа.

39 Общая физическая подготовка (ОФП) - это:

- А) процесс нормальной жизнедеятельности человека; Б) процесс совершенствования двигательных физических качеств;
- В) процесс овладения умением расслабляться; Г) процесс оздоровления физической патологией.

40.Спорт высших достижений и массовый спорт относятся:

- А) к спортивной подготовке; Б) физической подготовке;
- В) профессионально-прикладной физической подготовке; Г) к профессиональной подготовке.

Критерии оценки:

«Отлично» - задания выполнены правильно

«Хорошо» - в основном задания выполнены правильно, но допущено 5-7 ошибок

«Удовлетворительно» - при выполнении заданий допущено менее половины неправильных ответов

«Неудовлетворительно» - при выполнении заданий допущено более половины неправильных ответов

---

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный педагогический институт»

Перечень практических заданий по дисциплине

**Теория и методика физического воспитания с практикумом**

**Практические задания** – форма текущего контроля на практических занятиях. Студенты должны на основе знаний техники упражнений и методики их проведения, обучения учащихся начальных классов, уметь выполнять упражнения и проводить обучение им подгруппу, группу студентов.

*Гимнастика*

Практическое задание 1. Проведение и выполнение. *Методика обучения физическим упражнениям: гимнастика*

Опрос; строевых упражнений. Проведение Оценка за выполнение и строевых упражнений с группой, проведение упражнений, подгруппой студентов.

Практическое задание 2.. Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов и с предметом

Опрос; Оценка за проведение ОРУ с предметами. Составление комплексов ОРУ и проведение с подгруппой студентов

Практическое задание 3. Проведение и выполнение Оценка за выполнение и акробатических упражнений, проведение упражнений упражнений в равновесии, лазании. Применение приемов страховки при проведении гимнастических упражнений, соблюдение техники безопасности на занятиях.

*Практическое задание 4. Методика обучения*

Опрос; физическим упражнениям: Оценка за проведение легкоатлетические упражнения упражнений и выполнение упражнений.

Практическое задание 5. Проведение и выполнение разных видов бега, высокого старта; прыжков на двух, одной ноге, с места, с разбега способом «согнув ноги»; метания в цель и на дальность

*Методика обучения физическим упражнениям: подвижные игры*

Практическое задание 6. Планирование и проведение  
Конспект игры; подвижных игр по программе  
Опрос; начальной школы Оценка за проведение подвижных игр.

Практическое задание 7. Проведение подвижных игр

Оценка за проведение  
оздоровительной направленности подвижных игр.

*Формы организации физического воспитания: урок физической культуры*

*Практическое задание 7. Планирование и проведение*

Конспект урока; частей урока физической культуры, Опрос; разных видов уроков  
Оценка за проведение частей урока.

---

Формы организации физического воспитания: физкультурные мероприятия в режиме учебного дня

*6.1. Планирование, составление*

*Практическое занятие 8.* Конспект гимнастики до комплексов, проведение гимнастики занятий, физкультминутки; до занятий, физкультминуток, игр Опрос; на перемене Оценка за проведение упражнений.

Критерии оценки:

«Отлично» - студент правильно выполнил задание, объяснил технику и применил знания методики при обучении этому упражнению

«Хорошо» - студент правильно выполнил задание, но допустил незначительные ошибки при объяснении техники данного упражнения и методики обучения ему учащихся

«Удовлетворительно» - студент выполнил задание неуверенно, неточно объяснил технику выполнения данного упражнения и методику обучения ему учащихся

«Неудовлетворительно» - студент не смог выполнить задание, даже при помощи преподавателя.

---

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный педагогический институт»

Промежуточный контроль

Перечень вопросов для дифференцированного зачёта  
**Теория и методика физического воспитания с практикумом**

1. Теория и методика физического воспитания и ее основные понятия.
2. Цель физического воспитания в современном российском обществе
3. Сущность задач, решаемых в физическом воспитании. Аспекты и формы конкретизации задач
4. Физические упражнения как основное средство физического воспитания.
5. Гимнастика как одно из основных средств физического воспитания. Виды и разновидности гимнастики.
6. Игры и их место в физическом воспитании. Воспитательное значение подвижных спортивных игр.
7. Понятия и термины: метод обучения, методический прием, методика обучения. Общие требования к методике обучения.
8. Методы обучения в физическом воспитании.
9. Структура обучения. Этапы обучения: задачи, особенности, характерные методы обучения для детей младшего школьного возраста.
10. Формы работы по физическому воспитанию в начальной школе. Необходимые условия для проведения занятий по физическому воспитанию. Врачебный контроль, деление учащихся на медицинские группы.
11. Принципы построения программы по физическому воспитанию для начальных классов. Характеристика основных разделов программы и видов физических упражнений.
12. Физкультурные мероприятия в режиме учебного дня.
13. Урок как основная форма организации занятий по физическому воспитанию в школе. Задачи, требования к уроку.
14. Структура урока. Задачи и содержание каждой части.
15. Подготовка учителя к уроку. План-конспект урока.
16. Типы уроков физкультуры. Методы организации занимающихся на уроке.
17. Значение правильной физической нагрузки на уроке. Регулирование физической нагрузки.
18. Плотность, измерение плотности урока.
19. Значение, задачи внеклассной работы по физической культуре.
20. Виды соревнований. Положение и программы по физическим играм и эстафетам.



- 
21. Значение правильного планирования работы по физическому воспитанию.
  22. Принципы планирования. Четвертной план учебной работы.
  23. Принцип наглядности, его реализация в процессе физического воспитания.
  24. Принцип доступности и индивидуализации, реализация положений в практике физического воспитания
  25. Этап углубленного разучивания двигательного действия, решаемые задачи, типичные средства и методы, определяющие черты методики.
  26. Координационные способности человека. Понятие о ловкости. Средства и определяющие черты методики воспитания координационных способностей.
  27. Силовые способности человека. Средства и определяющие черты методики воспитания силовых способностей.
  28. Скоростные способности человека. Средства и определяющие черты методики воспитания скоростных способностей. Пути преодоления скоростного «барьера».
  29. Выносливость. Типы выносливости. Средства и определяющие черты методики воспитания общей выносливости.
  30. Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системность чередования в нем нагрузок и отдыха, реализация положений в практике физического воспитания.
  31. Задачи обучения на этапе начального разучивания двигательного действия, типичные средства и методы, определяющие черты методики.
  32. Значение учета работы по физическому воспитанию. Виды учета.
  33. Учет успеваемости. Методы учета успеваемости.
  34. Критерии оценок по предмету «Физическая культура». Документы учета. Ведение классного журнала.
  35. Основы построения оздоровительной тренировки.
  36. Характеристика средств оздоровительной направленности: ходьба, бег, плавание, езда на велосипеде, прыжки через скакалку.

### **Критерии оценки:**

оценка *«отлично»* выставляется студенту, если ответ соответствует всем требованиям сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблематику или представленный педагогический опыт, логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы,

оценка *«хорошо»* основные требования к ответу выполнены, но при этом допущены недочеты; в частности, имеются неточности в изложении материала, отсутствует логическая последовательность в рассуждениях, на дополнительные вопросы допускает ошибки;

оценка *«удовлетворительно»* вопрос освещен частично, допущены значительные ошибки в содержании,

оценка *«неудовлетворительно»* тема не раскрыта.

---

#### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Оценка знаний, умений, навыков, характеризующая этапы формирования компетенций по дисциплине осуществляется в ходе текущего и промежуточного контроля.

Текущий контроль организуется в формах:

- доклада,
- реферата,
- контрольной работы,
- тестовых заданий,
- практических заданий.

Каждая форма промежуточного контроля должна включать в себя теоретические вопросы и практические задания двигательного характера, позволяющие оценить уровень освоения студентами знаний и практических заданий, выявляющие степень сформированности умений и навыков.

Оценивание знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности должно носить комплексный, системный характер – с учетом как места дисциплины в структуре образовательной программы, так и содержательных и смысловых внутренних связей. Промежуточный контроль осуществляется в форме дифференцированного зачёта (6 семестр).