

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Мухамбеталиева Алсу Сагитовна
Должность: Ведущий специалист отдела МКО
Дата подписания: 25.02.2026 12:12:54
Уникальный программный ключ:
a704735d5ef2b8c974350c71fd15f6210516d8e1

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

**МДК 01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и
руководства соревновательной деятельностью спортсменов**

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура, код, наименование специальности/направления подготовки утвержденный приказом № 968 Министерство просвещения РФ от 11.11.2022.
- учебным планом специальности/направления подготовки 49.02.01 Физическая культура и протоколом ученого совета № ____ от 30.11.23
- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС ст.преподаватель Косулина В.В., ст.преподаватель Шамгулина Г.Р.

степень, звание, фамилия, имя, отчество

I. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств (ФОС)** предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Педагог по физической культуре и спорту.

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в соответствии с ФГОС профессии/специальности 49.02.01 Педагог по физической культуре и спорту и рабочей программой дисциплины «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов»:

умения: - использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;

подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;

применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;

устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися; проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; оценивать

процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;

использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-

тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

знания: - историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;

основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;

теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;

сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;

теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;

методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;

организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;

теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;

систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;

мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;

способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта;

методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;

виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций:**

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу

ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно- массовые мероприятия.

ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчётов.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК
Структура оценки сформированности компетенций на этапе
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

1 курс

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10

макс:	20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:	40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:	10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:	50

2 курс

Контролируе мые разделы	Код контроли руемой компетен ции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 3.				
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 4.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическа я работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическа я работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
	ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:			40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

3 курс

Контролируе мые разделы	Код контроли руемой	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции
----------------------------	---------------------------	-----------------------	--

	компетенции			
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 5.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	макс:			20
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 6.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной

аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Ответ на вопрос на зачете (тест)	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

1 модуль 1 семестр

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Знает: историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта; теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта; теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта; методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта; организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта; теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта; систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной	1. Основным предназначением подготовительной части урока является: а) Подготовка занимающихся к успешному решению задач основной части урока б) Обучение, воспитание, оздоровление в) Деление занимающихся на группы по полу и уровню подготовленности г) Снижение физической и психологической нагрузки 2. Какие термины относятся к дополнительным? а) Стоя, сидя, присев, согнувшись б) Стойка, вис, упор, выпад в) Подъем, наклон, поворот г) Переворот, сальто, оборот 3. Из каких частей состоит любая команда? а) Подготовительной и заключительной б) Предварительной и основной в) Предварительной, паузы и исполнительной г) Подготовительной, паузы и исполнительной 4. В какой последовательности требуется исправлять ошибки? а) Сначала значительные (в деталях техники), затем грубые (в основе техники) б) Сначала грубые (в основе техники), затем значительные (в деталях техники) в) Последовательность не имеет значения г) Лучше исправлять все ошибки одновременно 5. Какая из задач соответствует оздоровительной? а) Развивать динамическую силу мышц рук и брюшного пресса для выполнения гимнастических упражнений б) Совершенствовать выполнение

	предрасположенности; мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена; способы и приемы страховки и самооценки в избранном виде спорта; методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта; виды документации, обеспечива ющей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;	прыжка согнув ноги через коня в ширину в) Воспитывать бережное отношение к гимнастическому инвентарю и оборудованию г) Формировать правильную осанку
--	---	---

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 8	Умеет: использовать различные методы, приемы и формы организации учебно- тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;	1. Подобрать средства гимнастики для урочной формы занятий с учащимися младших, средних и старших классов.

	Имеет практический опыт: определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий; проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;	1. Составить сценарий и провести фрагмент спортивно-массового мероприятия с использованием средств гимнастики для учащихся младших, средних и старших классов.
ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Умеет: подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися; проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности; использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов; осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;	1. Провести подготовительную часть урока по гимнастике с учащимися младших, средних и старших классов. 2. Провести фрагмент обучения гимнастическим упражнениям.

	Имеет практический опыт: анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию; применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта; собственного спортивного совершенствования; ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	1. Разработать конспект и провести фрагмент урока с применением гимнастических упражнений (на оценку)
--	---	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.

	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	----------------------	--

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

2 модуль 2 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	<i>Знает:</i> способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта; методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта; теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта; разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации; технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным	1. ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ 1. Дать определение понятию «Гимнастика». Правильный ответ: Гимнастика - исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания. Происхождение «гимнастики» связывается с греческим словом «гимназо» - упражняю, тренирую. 2. Классификация строевых упражнений. Правильный ответ: Строевые приемы, построения, перестроения, передвижения, размыкания, смыкания. 3. Дать определение строю, шеренге, флангу, тылом, интервалом. Правильный ответ: СТРОЕМ называется установленное размещение занимающихся для совместных действий. ШЕРЕНГОЙ называется строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии (рис.2). ФЛАНГОМ называется правая и левая оконечности строя. При поворотах названия флангов не изменяются. ФРОНТ - сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом. ТЫЛ - сторона строя, противоположная фронту. ИНТЕРВАЛОМ называется расстояние между занимающимися, стоящими в шеренге. Установленный интервал равен примерно ширине ладони между локтевыми суставами стоящих рядом в шеренге. Он проверяется слегка согнув локти, при этом локти рядом стоящих занимающихся соприкоснутся. 4. На какие части подразделяется команда и как

	сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта. историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта; теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта; теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;	они подаются. Правильный ответ: предварительная и исполнительная. Предварительная часть команды подается отчетливо, громко и протяжно, чтобы привлечь внимание занимающихся и дать им некоторое время для подготовки к выполнению исполнительной команды. Исполнительная часть команды подается после паузы, громко, отрывисто и энергично, и следует немедленное четкое ее исполнение занимающимися. 5. Команды для перестроения из одной шеренги в две и обратно. Правильный ответ: Для перестроения группы из одной шеренги в две предварительно производится расчет на первый и второй по команде «Группа, на первый, второй – РАССЧИТАЙСЬ!». Перестроение из одной шеренги в две производится по команде «Группа в две шеренги – СТРОЙСЯ!». Для обратного перестроения из двухшереножного строя в одношереножный строй подается команда «Группа (класс) в одну шеренгу – СТРОЙСЯ!». 6. Команды для перестроения из шеренги уступом (по расчету 9-6-3 на месте), обратно, как и до какого момента следует считать при обратном перестроении. Правильный ответ: Перестроение из шеренги «УСТУПАМИ». После предварительного расчета группы на 9-6-3 – на месте, (6-3 – на месте, 6-4-2 – на месте и т.д.) подается команда, «По расчету, шагом – МАРШ» Для возвращения в исходное построение подается команда, «Группа, на свои места шагом – МАРШ». 7. Что нужно понимать под термином. Правильный ответ: Под термином принято понимать краткое условное название какого-либо двигательного действия или понятия 8. Требования, предъявляемые к терминологии. Правильный ответ: Краткость, доступность, точность 9. Способы образования терминов Правильный ответ: Переосмысление, словосложение, из корней отдельных слов, заимствование из смежных областей, обозначающие статические положения, термины прыжков и соскоков, аутотермины. 10. Дать определение седу и полуприседу. Правильный ответ: Седы – положения сидя на полу или на снаряде. Различают: сед; сед ноги
--	--	--

		врозь; сед углом, сед углом ноги врозь; сед согнувшись; сед с захватом; сед на пятках или на правой пятке, на бедре и др. полуприсед – положение на полусогнутых ногах. 11. Дать определение выпад и наклону. Правильный ответ: Выпад – движение (положение) с выставлением и сгибанием опорной ноги. Различают: выпад; наклонный выпад; выпад вправо с наклоном; глубокий выпад; разноименный выпад (указывается нога и направление выпада), например: выпад левой вправо. Наклон – термин, обозначающий сгибание тела. 12. Дать определение хвату и какие хваты применяются. Правильный ответ: Хват – способ держания за снаряд. Различают: хват сверху; хват снизу; хват разный; хват обратный; хват скрестный; хват широкий; хват узкий; хват сомкнутый; хват глубокий. 13. Что такое группировка. Правильный ответ: Группировка - положение тела, при котором оно максимально согнуто в тазобедренных и коленных суставах. 14. Что называются общеразвивающими упражнениями. Правильный ответ: Общеразвивающими упражнениями (ОРУ) в гимнастике называются доступные занимающимся, несложные в техническом отношении элементарные движения телом и его частями, выполняемые с целью оздоровления, воспитания физических качеств, улучшения функционального состояния организма. 15. Классификация ОРУ. Правильный ответ: Классификация упражнений ОРУ принято классифицировать по анатомическому признаку, группируя упражнения для различных частей тела: 1. Упражнения для рук и плечевого пояса. 2. Упражнения для шеи. 3. Упражнения для ног и тазового пояса. 4. Упражнения для туловища. 5. Упражнения для всего тела. 16. Форма движений ОРУ Правильный ответ: Форму ОРУ определяют основные движения в суставах: сгибания, разгибания, приведения, отведения, круговые движения, повороты. 17. Какова схема построения комплекса ОРУ Правильный ответ: 1. Упражнения для рук и
--	--	---

		плечевого пояса. 2. Упражнения для шеи. 3. Упражнения для ног и тазового пояса. 4. Упражнения для туловища. 5. Упражнения для всего тела. 18. Перечислить прикладные упражнения. Правильный ответ: В группу прикладных упражнений включаются ходьба и бег, равновесие, лазанье и перелезание, бросание и ловля предметов, поднимание и переноска грузов, переползание, преодоление различных препятствий. 19. Какие качества развивают упражнения в лазании Правильный ответ: Упражнения в лазанье развивают силу, ловкость, смелость, повышают у занимающихся уверенность в своих силах, совершенствуют координационные способности. 20. Основные упражнения в метании и ловле Правильный ответ: Основные упражнения в метании и ловле: 1. Метание на дальность. 2. Метание в цель. 3. Подбрасывание и ловля. 4. Перебрасывание. 21. Перечислить упражнения в лазании Правильный ответ: Упражнения в лазанье на гимнастической стенке: а) лазанье вверх, вниз, передвижение в стороны с поочередным перехватом руками и переступанием ногами; б) то же, но с одновременным перехватом руками; в) передвижение прыжками вверх, вниз и в стороны с перехватами (со страховкой); г) лазанье спиной к стенке.
--	--	---

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий	Студент знает лишь основной материал; на

	(Удовлетворительно)	заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

2 курс
1 модуль 3 семестр
Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Знает: историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта; теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта; теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и	1. В программе Олимпийских игр по л/а на сегодняшний день у мужчин насчитывают: а) 23 вида б) 24 вида в) 25 видов 2. В программе Олимпийских игр по л/а на сегодняшний день у женщин насчитывают: а) 23 вида б) 24 вида в) 25 видов 3. Организация, управляющая развитием легкой атлетикой в Российской Федерации: а) Всероссийская федерация легкой атлетики б) Министерство спорта Российской Федерации в) Олимпийский комитет России 4. Организация, управляющая развитием легкой атлетикой в мире: а) Международная ассоциация легкоатлетических федераций

	учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта; методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта; организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта; теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта; систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности; мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена; способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта; методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта; виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;	б) Международная любительская легкоатлетическая ассоциация в) Международная любительская легкоатлетическая федерация 5. Официальной датой зарождения легкой атлетики в России считается: а) 1898 год б) 1896 год в) 1888 год 6. Первый Олимпийский чемпион представитель СССР в беге на 100 и 200 метров: а) В. Крылов б) В. Маркин в) В. Борзов 7. Победитель трех Олимпиад подряд в одной дисциплине по легкой атлетике: а) В. Санеев б) И. Тер-Ованесян в) В. Куц 8. В каком году русские легкоатлеты впервые приняли участие в Олимпийских играх: а) 1952 год б) 1912 год в) 1896 год 9. По правилам соревнований по спортивной ходьбе необходимо: а) выполнять активные движения согнутых рук в переднезаднем направлении б) выполнять значительные движения таза вокруг поперечной, сагиттальной и особенно вокруг вертикальной оси в) выпрямлять опорную ногу в момент вертикали 10. Определяющим звеном техники в беге на короткие дистанции является: а) старт б) стартовый разбег в) бег по дистанции г) финиш 11. Определяющим звеном техники в прыжках в длину с разбега является: а) разбег б) отталкивание в) полет г) приземление 12. Определяющим звеном техники в прыжках в высоту с разбега является: а) разбег б) отталкивание в) переход через планку г) приземление
--	--	---

		13. В беге на короткие дистанции по команде «внимание!» таз должен быть: а) ниже уровня плеч б) на уровне плеч в) выше уровня плеч 14. В беге на 200 метров стартовые колодки устанавливаются: а) со смещением в левый край дорожки б) по середине дорожки в) со смещением в правый край дорожки 15. При измерении результата в прыжках в длину с разбега нулевая отметка рулетки находится: а) в прыжковой яме с песком б) на бруске для отталкивания в) возможен любой вариант 16. В прыжках в длину с разбега попытка не засчитывается, если спортсмен: а) во время приземления спортсмен касается земли за сектором ближе к линии отталкивания, чем ближайшая отметка, оставленная на песке б) оттолкнувшись пробежал по сектору, не касаясь земли за сектором ближе к линии отталкивания в) не касается земли между бруском отталкивания и ямой для приземления. 17. Равенство результатов в прыжках в высоту разрешается следующим образом: а) Преимущество получает участник с наименьшим количеством попыток на высоте, на которой возникло равенство б) Перепрыжкой в) Преимущество получает участник с наименьшим количеством попыток на предыдущей высоте 18. На выполнение попытки в прыжках в высоту отводится: а) «1 минута» б) «1,5 минуты» в) «3 минуты» 19. На выполнение попытки в прыжках в длину отводится: а) «1 минута» б) «2 минуты» в) «3 минуты» 20. Зона передачи в эстафетном беге составляет: а) 20 м б) 15 м в) 30 м
--	--	---

		21. Неудачная попытка в прыжках в высоту обозначается судьей поднятием: а) Красного флага б) Белого флага в) Желтого флага 22. В прыжках в длину три последние (финальные) попытки выполняют только: а) 6 спортсменов б) 8 спортсменов в) 10 спортсменов г) 12 спортсменов 23. Победитель по бегу определяется: а) По результатам предварительных забегов б) По результатам финала в) По результатам полуфинала 24. Ширина беговой дорожки на стадионе: а) 1,25 м б) 1,20 м в) 1,10 м 25. В беге на 100 метров бегун набирает максимальную скорость к: а) 25-30 м дистанции б) 50-60 м дистанции в) 90-95 м дистанции 26. Оптимальный угол вылета в прыжках в длину с разбега: а) 40-45 ° б) 20-24 ° в) 30-35 ° 27. При ручном хронометраже результат в итоговом протоколе фиксируется: а) 56.55 = 56,5 б) 56.55 = 56,6 в) 56.55 = 56,0 28. Какие существуют способы низкого старта? а) простой, сложный, растянутый. б) обычный, растянутый, сближенный. в) обычный, расставленный, широкий 29. Какие способы финиширования являются правильными? а) бросок грудью, заход левым - правым боком, пробеганием. б) прыжком с дальнейшим приземлением на две ноги. в) резким скачком, с отведением рук и головы назад.
--	--	---

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 8	Умеет: использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;	1. Подобрать средства легкой атлетики для урочной формы занятий с учащимися младших, средних и старших классов.
	Имеет практический опыт: определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий; проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;	1. Составить сценарий и провести фрагмент спортивно-массового мероприятия с использованием средств легкой атлетики для учащихся младших, средних и старших классов.
ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Умеет: подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; устанавливать педагогически	1. Провести подготовительную часть урока по легкой атлетике с учащимися младших, средних и старших классов. 2. Провести фрагмент обучения легкоатлетическим упражнениям.

	целесообразные взаимоотношения с занимающимися; проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности; использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов; осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;	
	Имеет практический опыт: анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта; собственного спортивного совершенствования; ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	1. Разработать конспект и провести фрагмент урока с применением легкоатлетических упражнений (на оценку)

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД 2 модуль 4 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	<i>Знает:</i> способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта; методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду	1. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений 2. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания 3. Возникновение и развитие легкой атлетики 4. Достижения российских легкоатлетов на Олимпийских играх 5. Характеристика основных принципов, применяемых в процессе обучения легкоатлетическим видам 6. Характеристика основных методов обучения двигательным действиям 7. Характеристика специально-подводящих и

спорта; теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта; разновидности физкультурно- спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации; технику безопасности и требования к физкультурно- спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта. историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта; теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной	специально-развивающих упражнений 8. Основы техники ходьбы и бега 9. Основы техники легкоатлетических прыжков 10. Основы техники метаний 11. Основы техники спортивной ходьбы 12. Анализ техники бега на средние дистанции 13. Анализ техники бега на 100 м. 14. Особенности бега на 200 м. 15. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» 16. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» 17. Анализ техники метания малого мяча 18. Анализ техники толкания ядра «со скачка» 19. Особенности выполнения «обгона снаряда» в толкании ядра и метании малого мяча 20. Анализ техники метания малого мяча в цель
---	---

	деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта; теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;	
--	---	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Семестр 5,6

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	Знает: - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в играх;	1. Подвижная игра – сознательная деятельность человека, характеризующаяся активными...? а) физическими упражнениями б) двигательными действиями в) подвижными действиями г) игровыми действиями 2. В классификации подвижных игр не существует деления по...? а) степени сложности б) возрасту в) виду движения г) роли играющих д) форме занятия 3. В конце основной части урока проводятся игры на воспитание...? а) гибкости б) ловкости в) быстроты г) силы 4. Какого характера игры не проводятся в подготовительной части урока...? а) на внимание б) малой подвижности для организации внимания в) на скорость г) с ОРУ 5. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке... а) название, ход игры, цель, правила б) название, правила, цель, ход игры в) название, роли, цель, правила в) название, цель, ход игры, роли, правила 6. Где находится учитель при объяснении игры, если учащиеся построены в круг...? а) в центре круга б) за пределами круга в) между играющими чуть впереди г) между играющими 7. Выбор игры зависит от... а) возраст б) вес в) рост г) спортивный разряд 8. В начале основной части урока не проводятся игры на воспитание...? а) быстроты б) гибкости в) силы г) выносливости
ОК 3	Знает:	9. Подвижные игры характеризуются...?

ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	- историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.	а) специально оборудованной площадкой б) строгой специализацией игроков в) возможностью изменения правил г) присвоением спортивных разрядов 10. Спортивные игры отличаются от подвижных игр а) наличием сюжета...? б) строго регламентированным судейством в) возможностью изменения правил г) возможностью участия всех желающих 11. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...? а) профилактики гиподинамии и закаливании б) развитии физических качеств и в) участии в соревнованиях г) освоении техники движений 12. Воспитательное значение подвижных игр заключается в....? а) закаливании б) развитии физических качеств и формировании в) изучении народных игр г) освоении «школы движений» 13. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...? а) профилактики гиподинамии и закаливании б) развитии физических качеств и в) участии в соревнованиях г) освоении техники движений 14. Каким из способов не выбирают капитана...? а) по назначению учителя б) по расчету в) по выбору играющих г) по жребию 15. Выберите верное методическое замечание к игре «Перетягивание в парах»? а) чаще менять водящих б) заранее выучить речитатив в) строго соблюдать правила г) подобрать равных по силе соперников 16. Какому возрасту соответствует игра «Пустое место» ? а) 1-4 б) 5-6 в) 7-8 г) 9-11 17. Какие движения преимущественно входят в игру «Волк во рву» ? а) прыжки в высоту б) бег с изменением направления в) прыжки в длину г) метания на точность 18. В каком виде спорта используется игра «Квадрат»? а) волейбол б) баскетбол в) футбол
--	--	---

		г) гандбол 19. Какой форме организации занятия соответствует игра «Два стула и веревочка»? а) перемена б) урок в) прогулка г) соревнование 20. Результаты соревнований по подвижным играм объявляются? а) по окончанию соревнований б) во время игр в) после каждого конкурса 21. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке? а) название, ход игры, цель, правила б) название, правила, цель, ход игры в) название, роли, цель, правила г) название, цель, ход игры, роли, правила 22. Каким из способов не выбирают капитана? а) по назначению учителя б) по расчету в) по выбору играющих г) по жребию
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	Знает: - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными играми.	23. К способам регулирования нагрузки в подвижных играх не относятся? а) изменение последовательности препятствий б) изменение длины дистанции в) изменение количества команд г) изменения сложности задания 24. Укажите правильную последовательность в методике организации и проведения подвижных игр на уроке? а) выбор игры; обеспечение инвентарем; разделение на команды и выбор водящих; определение задач; судейство; подведение итогов; окончание игры б) выбор игры; подготовка места для игры и инвентаря; разделение на команды и размещение игроков; объяснение игры; судейство; окончание игры; подведение итогов в) выбор игры; подготовка места для игры; разделение на команды; обеспечение инвентарем; объяснение игры; судейство; подведение итогов; окончание игры г) выбор игры; разделение на команды и размещение игроков; определение задач; объяснение игры; обеспечение инвентарем; судейство; окончание игры 25. Психолого-физиологической характеристике младшего школьного возраста соответствует? а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам б) быстро развивается утомление, быстро происходит восстановление в) начало полового созревания г) удлинение конечностей, нарушение координации 26. Психолого-физиологической характеристике среднего школьного возраста соответствует?

		а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам б) быстро развивается утомление, образное мышление в) начало полового созревания, интерес к сверстникам 27. Мышление у детей младшего школьного возраста? а) образное б) аналитическое в) последовательное 28. Наиболее рекомендуемыми для использования в младших классах являются игры? а) командные, контактные б) коллективные без водящих в) смешанные г) командные, неконтактные 29. Наиболее рекомендуемыми для использования в средних классах являются игры? а) командные, контактные б) коллективные без водящих в) коллективные с водящим г) командные, неконтактные 30. Наиболее рекомендуемыми для использования в старших классах являются игры? а) полуспортивные б) коллективные без водящих в) смешанные г) командные, неконтактные 31. Назовите возрастной период школьников соответствующий усиленному росту организма? а) 7-10 лет б) 10-11 лет в) 12-15 лет г) 16-17 лет 32. Укажите возрастной период школьников, в котором используются сюжетно-ролевые игры? а) 7-9 лет б) 10-11 лет в) 12-13 лет г) 14-15 лет 33. С какого возрастного периода школьников, рекомендуется организовывать и проводить подвижные игры отдельно для мальчиков и девочек? а) с 7-10 лет б) с 10-11 лет в) с 14-15 лет г) с 11-12 лет 34. Наиболее благоприятным периодом для развития выносливости является возраст? а) 15-17 лет б) 13-14 лет в) 10-11 лет г) 12-13 лет
--	--	---

Итоговая аттестация

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
-------------------------	-----------------------	--------------------------------------

ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в подвижных играх;	1. Понятие об игровой деятельности. Определение подвижной игры как вида деятельности. Правильный ответ: Подвижная игра — это сознательная, активная деятельность, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. 2. Теории происхождения и развития игры. История происхождения и распространения подвижных игр. Правильный ответ: Истоки подвижных игр уходят корнями в глубокую древность. Игры, построенные на двигательных действиях, использовались в воспитании детей в родовом обществе с целью подготовки их к охоте и труду. Охотничья и трудовая деятельность людей требовали от них силы, ловкости и выносливости. Широко применялись игры с такими движениями, как метание, борьба, игры в палки, мяч, игры с бегом и прыжками. Несмотря на многие похожие движения, игры разных народов отличались, поскольку они отражали особенности образа и условий жизни каждого народа. 3. Специфические особенности подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных. Правильный ответ: Спортивные игры, в отличие от подвижных, проводятся по строгим правилам. В них определено количество игроков, их экипировка, место проведения и критерии определения победителя. Для занятия спортивными играми необходима хорошая физическая подготовка, более высокий уровень владения приёмами конкретной игры и знание правил игры. Также отличительным признаком спортивных игр является судейство — контроль за ходом состязания, соблюдением правил и определение победителя. 4. Оздоровительное значение подвижных игр. Правильный ответ: Оздоровительное значение подвижных игр заключается в следующем: Благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и мышечной системы. Также игры положительно влияют на дыхательную, сердечно-сосудистую и нервную системы. Формирование правильной осанки. Повышение функциональной деятельности
---	--	--

		организма. Активизируется обмен веществ, а мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Тренировка нервной системы. Активная двигательная деятельность совершенствует и уравнивает процессы возбуждения и торможения. 5. Образовательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Образовательное значение подвижных игр заключается в следующем: Формирование интеллектуального потенциала. Игры развивают способность анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Развитие способностей к действиям в повседневной практической деятельности, в спорте и туризме. Правила и двигательные действия подвижных игр создают верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Получение новых системных знаний о подвижных играх как средстве и методе физического воспитания, самосовершенствования, о возможностях своих телесно-двигательных проявлений в игре, самопознании. Закрепление некоторых общеобразовательных знаний. Например, в играх с элементами ориентирования на местности и применением навыков походной жизни можно закреплять знания из области математики, географии, естествознания. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 6. Воспитательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Воспитательное значение подвижных игр заключается в следующем: Нравственное воспитание. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры регулируют поведение участников и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Воспитание волевых качеств. Необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует развитию выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями.
--	--	---

		Развитие самостоятельности. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать всё новые и новые пути решения возникающих задач. Развитие интеллекта. Многие игры предполагают не только физическое воспитание, но и требуют усиленной умственной работы, быстрого принятия решения. Совершенствование эстетического восприятия мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Подготовка к труду. Дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определённой последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. 7. Типология и классификация подвижных игр в педагогической практике. Правильный ответ: Типология В педагогической практике, социальной жизни и быту существуют две основные формы организации подвижных игр: урочная и внеурочная. Урочная форма проведения подвижных игр предусматривает непосредственную руководящую роль учителя, регулярность занятий с неизменным составом участников, регламентированное содержание и объём игрового материала и его взаимосвязь с организацией, содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса, в который включается данная игра. Классификация Подвижные игры. РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ: 1 По степени сложности содержания: от простых к сложным. 2 По возрасту детей для учета возрастных особенностей. 3 По видам движений, преимущественно входящим в игры (игры с бегом, с прыжками, с метанием, бросками и ловлей, с передвижением на лыжах и коньках и т.п.). 4 По физическим качествам, преимущественно проявляемым в игре, либо в сочетании. 5 Игры, подготовительные к отдельным видам спорта.
--	--	--

ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: -- историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; -средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;	8. Подвижные игры для учащихся 1-4 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 1–4 классов: Игры должны быть простыми с малым количеством правил, так как двигательный опыт у детей ещё не велик. Желательно предлагать короткие по времени игры, в которых большая подвижность чередуется с кратковременными передышками. В основной части урока для развития быстроты и ловкости лучше проводить игры-перебежки (например, «Два Мороза», «Волки во рву», «Гуси-лебеди»). Игры с ритмичной ходьбой и дополнительными гимнастическими движениями, требующие от играющих организованности, внимания, согласованности движений, лучше включать в подготовительную и заключительную части урока. 9. Подвижные игры для учащихся 5-6 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 5–6 классов характеризуются разнообразием движений. В них возможно сочетание нескольких видов движений, например, метание во время бега, перебрасывание и ловля мяча с прыжками и дополнительными движениями туловища, бег с прыжками через препятствия, эстафеты с несложными препятствиями. В некоторые игры вводятся элементы баскетбола, волейбола, футбола. Особенности организации и методики проведения подвижных игр для учащихся 5–6 классов: Целенаправленное применение. Подвижные игры используют с учётом задач урока и во взаимосвязи с изучаемым учебным материалом. Преимственность и взаимосвязь с другими упражнениями. Например, на одном уроке нежелательно совмещать изучение нового материала по гимнастике или лёгкой атлетике с разучиванием новой игры. Оптимальные нагрузки. Недопустимо доводить участников игры до переутомления. Развитие самостоятельности детей. Им можно предоставлять право самим выбирать водящих, распределяться по командам, устанавливать план действий в игре.
---	--	---

		10.Подвижные игры для учащихся 7-9 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 7–9 классов: В основном проводятся командные игры. Сюжетность отпадает, основное место занимает моторное содержание и организационная структура игры. Широко используются игры, подготовительные к спортивным. Подростки любят тренировать в играх отдельные навыки, необходимые для спорта. Им нравятся игры с мячом, подготовительные к баскетболу, волейболу, футболу, хоккею и другим видам спорта. Можно проводить эстафеты с преодолением полосы препятствий, с борьбой, метанием, прыжками, лазаньем и перелезанием, с элементами футбола, баскетбола, волейбола. 11.Подвижные игры для учащихся 10-11 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 10–11 классов направлены на развитие физических качеств, таких как сила, скорость, координация движений и выносливость. Особенности организации:Планирование. Подвижные игры планируются на весь учебный год с учётом сезона и задач, поставленных в каждой учебной четверти. В начале первой четверти закрепляется игровой материал предыдущего учебного года, в конце первой, во второй и третьей учебной четверти разучиваются новые игры, а в четвёртой они закрепляются и усложняются. Подготовка места и инвентаря. Для проведения игр на свежем воздухе подбирается ровная площадка с травяным покрытием. В помещении нужно предусмотреть, чтобы не было посторонних предметов. Инвентарь для игр должен быть ярким и красочным, а его размер и масса — посильными для участников. Размещение игроков и место руководителя. Прежде чем начать объяснение игры, участников размещают таким образом, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его рассказ. 12. Критерии выбора подвижной игры. Подготовка руководителя к игре. Правильный ответ: Общие задачи урока. При их постановке
--	--	---

		основными критериями являются возрастные особенности детей, их развитие, физическая подготовленность, количество занимающихся. Форма занятий. Урок, перемена, праздник, прогулка — в разных условиях задачи и содержание игр могут быть иными. Место проведения. В небольшом узком зале или коридоре проводятся игры с линейным построением, в которых участвуют по очереди. В большом спортивном зале или на площадке хорошо проводить игры с бегом врассыпную, с метанием больших и малых мячей, с элементами спортивных игр. Состояние погоды. Если температура воздуха низкая, выбирается игра с активными действиями участников. В жаркую погоду лучше использовать малоподвижные игры, в которых участники выполняют игровое задание поочерёдно. Наличие пособий и инвентаря. Из-за отсутствия соответствующего инвентаря или при неудачной его замене игра может не состояться. Любимые игры детей. Можно опросить детей, чтобы узнать, в какие игры они любят играть, и какие из них самые любимые. 13. Подготовка места для проведения подвижных игр, разметка площадки. Правильный ответ: Для игр на воздухе нужно подобрать ровную зелёную площадку прямоугольной формы, не менее 8 м в ширину и 12 м в длину. На расстоянии 2 м от поля можно поставить несколько скамеек. Линии разметки проводят лицевыми (короткими) и боковыми линиями, а также поперечной чертой, делящей площадку пополам. По углам площадки можно поставить флажки, сделав в грунте выемки. Линии границ намечают не ближе 3 м от забора, стены или других предметов во избежание травм. Для зимних игр площадку надо очистить от снега, утрамбовать, а по краям соорудить снежный вал. Для проведения некоторых игр её посыпают песком. Перед началом игры в помещении руководитель должен проследить, чтобы в зале не было посторонних предметов, мешающих движениям играющих. Разметка площадки в случае, если это требует много времени, делается заранее, до начала игры. Простую разметку можно сделать одновременно с объяснением правил игры или до её начала, а рассказ сопровождать показом отмеченных границ. Если игра проводится часто, можно сделать постоянную разметку. Размещение
--	--	--

		играющих и место руководителя при объяснении игры. 15. Требования к рассказу и порядок объяснения подвижной игры. Правильный ответ: Требования к рассказу о подвижной игре: Рассказ должен быть кратким. Затянутое объяснение может помешать восприятию игры. Исключение составляют игры в младших классах, которые можно объяснить в сказочной, увлекательной форме. Рассказ должен быть логичным и последовательным. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения: название игры (можно сказать, с какой целью игра проводится); роли играющих и их расположение на площадке; содержание игры; цель игры; правила игры. 16. Способы выбора водящего и их характеристика. Правильный ответ: По назначению руководителя. Руководитель назначает водящего, учитывая его роль в игре. Преимущество этого способа — быстрый выбор наиболее подходящего водящего, но при таком подходе подавляется инициатива играющих. Выбор по жребию. Играющие становятся в круг. Произнося каждое слово считалки, они указывают по очереди на игроков. Тот, на кого придётся последнее слово считалки, становится водящим или выбывает из круга. В последнем случае считают до тех пор, пока не останется один участник, который и станет водящим. «Тянуться на палке». Участник берёт палку снизу, за ним берётся рукой второй игрок, затем третий и т. д.. Водящим становится тот, кто возьмёт палку за конец и удержит её или покроет палку сверху ладонью. Выбор играющих. Этот способ позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных водящих. Однако в игре с малоорганизованными детьми этот способ применить трудно, так как водящего часто выбирают не по заслугам, а под нажимом более сильных, настойчивых детей. Назначение по результатам предыдущих игр. Водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым, пойман последним и т. п. Об этом надо сообщить участникам заранее, чтобы они стремились проявлять в игре необходимые качества. 17. Способы распределения игроков на команды и их характеристика.
--	--	--

		Правильный ответ: Случайное разделение. Простой и быстрый способ, не требует предварительной подготовки. Однако может привести к тому, что в одной команде окажутся люди с разными уровнями навыков и опыта. Методы случайного разделения: Жеребьёвка. Для распределения участников по командам используют карточки, жребии или любые другие случайные элементы. Например, разноцветные шарики или бумажки с номерами. Счёт по порядку. Участники считают по порядку, и каждый n-й человек попадает в одну команду. Этот метод удобен, если есть ограниченное время на разделение. Цветные карточки. Участникам раздают карточки разных цветов, и те, у кого одинаковый цвет, образуют команду. Это добавляет элемент игры и делает процесс более увлекательным 18. Руководство процессом игры, судейство. Правильный ответ: Начало игры. Она должна начинаться организованно и своевременно, по условному сигналу (команде, свистку, хлопку в ладоши, взмаху рукой или флажком). Руководитель заранее предупреждает о выбранном сигнале и даёт его только после того, как убедится в том, что все игроки поняли содержание игры и заняли свои места. Следить за ходом игры. Руководитель внимательно следит за игрой, за поведением играющих, делает поправки и замечания, не останавливая общего хода игры. Если большинство играющих допускают одинаковую ошибку, он может приостановить игру и сделать указания, как правильно выполнять приёмы игры. Судейство: Судья должен найти удобное для судейства место, чтобы видеть всех играющих, не мешать им. Заметив нарушение правил, судья подаёт сигнал. Замечания и разъяснения, касающиеся судейства, надо делать по окончании игры. 19. Дозировка физической нагрузки в процессе игры. Правильный ответ: Уменьшение или увеличение поля игры и продолжительности по времени. Изменение основных характеристик игры (игры с интенсивным передвижением, с меньшим напряжением, с медленным передвижением). Незначительное изменение некоторых правил в сторону увеличения или уменьшения нагрузки. Введение в игру новых
--	--	---

		этапов, препятствий или устранение некоторых из них. Остановки для отдыха или для указания ошибок. Перераспределение обязанностей водящих. Смена мест команд на площадке. Кратковременные паузы для совещания капитанов или водящих. При дозировке нагрузки важно учитывать физиологические особенности организма занимающихся. Также необходимо учитывать характер предшествующей деятельности и настроение участников. 20. Подведение итогов игры и ее обсуждение. Правильный ответ: Подведение итогов игры должно быть оптимистичным, коротким и конкретным. При подведении итогов игры в старшей и подготовительной группах педагог анализирует, как детям удалось достичь успеха. Оценивая игру, педагог отмечает положительные качества детей, называя тех, кто удачно исполнил свои роли, проявил смекалку, выдержку, взаимопомощь, творчество, а затем тщательно анализирует причины нарушения правил игры. К обсуждению итогов привлекаются дети. Это приучает их к анализу своих поступков. Подведение итогов игры должно проходить в интересной и занимательной форме, чтобы вызвать желание в следующий раз добиться ещё лучших результатов. 21. Оздоровительные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и мышечной системы. Особенно полезны игры, вовлекающие в динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела, а также увеличивающие подвижность в суставах. Активацию всех видов обмена веществ (углеводного, белкового, жирового и минерального). Мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Положительное влияние на нервную систему. Для этого необходимо оптимально дозировать нагрузку на память и внимание участников, строить игру так, чтобы она вызывала положительные эмоции. Закаливание и усиление притока кислорода в организм. Особенно ценно круглогодичное проведение подвижных игр на свежем воздухе. Активный отдых после длительной умственной деятельности. Поэтому игры уместны на школьных переменах, по окончании уроков в
--	--	--

		группах продлённого дня или дома, после прихода из школы. Восстановление здоровья. Подвижные игры применяются в специальных лечебных целях при восстановлении здоровья больных детей, поскольку функциональный и эмоциональный подъём, возникающий в процессе игры, оказывает на них оздоравливающее воздействие. 22. Образовательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Развитие умений анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижных игр создают у играющих верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Облегчение освоения техники движений. Элементарные двигательные навыки, приобретаемые в играх, легко перестраиваются при последующем, более углублённом, изучении техники движений и облегчают овладение ею. Формирование умения экономно и целесообразно выполнять двигательные действия. Многократное повторение двигательных действий во время игры помогает формировать у занимающихся умение выполнять их в законченном виде. Развитие способности адекватно оценивать пространственные и временные отношения, одновременно воспринимать многое и реагировать на воспринятое. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 23. Воспитательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Воспитание физических качеств. Подвижные игры способствуют развитию быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. 14 Развитие чувства единства, товарищества и ответственности за действия друг друга. 3 В зависимости от качества выполнения роли участник игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей. Так дети приучаются к деятельности в коллективе. Воспитание воли, выдержки, дисциплинированности. Правила игры содействуют этому, а также учат умению взять
--	--	---

		себя в руки после сильного возбуждения. Формирование доброжелательности, навыков общения и взаимодействия со сверстниками. Игра учит дружить, оказывать помощь друг другу. Формирование навыков организации самостоятельной деятельности, инициативы и ответственности. Участники игр приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость. 24. Методика применения подвижных игр для отбора в спорте. Правильный ответ: Методика применения подвижных игр для отбора в спорте предполагает учёт следующих аспектов: Подбор игр-тестов. Как правило, это несколько игр с разной двигательной характеристикой, в которых предъявляются различные требования к проявлению нужных качеств. Например, при отборе баскетболистов используется комплекс из четырёх-пяти подвижных игр. Учёт способностей и предшествующего опыта спортсменов. Это позволяет предлагать в игре оптимальные условия. Использование игр на разных этапах тренировки. Объём, характер и методика использования подвижных игр изменяются в соответствии с задачами каждого этапа тренировки: На начальном этапе игры содействуют развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. На втором этапе подготовительного периода игры помогают более углублённо освоить и совершенствовать двигательные навыки в том виде спорта, в каком они будут применяться в спортивных состязаниях. Объём игр несколько снижается, так как увеличиваются нагрузки, специфичные для соревнований в избранном виде спорта. 3 В конце подготовительного периода игры используются для сохранения эмоционального настроя на последующие тренировки. Они проводятся в начале или в конце тренировочного урока и предусматривают сравнительно небольшие физические и психические усилия. 25. Методика использования подвижных игр для физической, технической, тактической, морально-волевой подготовки юных спортсменов.
--	--	---

		Правильный ответ: Для физической подготовки. На начальном этапе тренировки используются игры, содействующие развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. Для технической подготовки. Подвижная игра выступает как средство совершенствования навыка, выполняемого в повышенном эмоциональном состоянии, в изменяющихся ситуациях. Юный спортсмен приобретает способность применять освоенный навык в целостной деятельности, выбирать для каждого случая наилучшие варианты выполнения действия. Для тактической подготовки. Элементы тактики заложены в простых командных салках, играх с мячом. Например, в «Удочках», где смена ритма вращения верёвки помогает быстрее салить играющих, а также в таких несложных играх, как «Челнок» или «Вызов», где приходится планировать тактические действия. Для морально-волевой подготовки. В игре велика роль правил. Их соблюдение способствует воспитанию честности и справедливости, дисциплины. Игра приучает юного спортсмена владеть своими эмоциями.
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

**МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные
виды деятельности с методикой оздоровительной
тренировки**

профессиональной образовательной программы
по профессии/специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура
(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура,

- утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от № 968 от 11.11.2022.

– учебным планом специальности/направления подготовки от 22.02.2023 и ученым советом вуза протокол № 6 от 16.02.2023

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС Воронцова К.Г.
степень, звание, фамилия, имя, отчество

II. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

3 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств (ФОС)** предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в соответствии с ФГОС профессии/специальности 49.02.01 Физическая культура и рабочей программой дисциплины «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки»:

умения:

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;
- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

знания:

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий;
- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;

- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно - двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

Навыки и/или опыт деятельности:

- анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами,
- разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения,
- обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**: ОК 8. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

ПК 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях

ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины 1 курс

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	макс:			20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5–6 7–8 9–10

	ПК 2.3			
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

2 курс

Контролируе мые разделы	Код контроли руемой компетен ции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 3.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
	МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 4.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическа я работа	не аттестован низкий средний высокий
ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3		Практическа я работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:			20	
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:			40	
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

3 курс

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 5.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 6.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК.8	Ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4
ОК.9	Тестовые задания Ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4
ПК 1.1.	Практическая работа	– не аттестован – низкий – средний – высокий	-0 -1 -2 -3
ПК 1.2.	Практическая работа Ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4
ПК 1.3.	Практическая работа Ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4

ПК 2.3.	Ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован	- 1
		– низкий	- 2
		– средний	- 3
		– высокий	- 4
макс: 50 баллов			

**Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам
текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

1 курс

1 модуль 1 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и	1. Понятия теории и методики физической культуры 2. Теория и методика физической культуры как наука и как учебная дисциплина. 3. Методы исследования в теории и методике физической культуры 4. Значение теории и методики физической культуры для студентов и выпускников физкультурных учебных заведений. 5. Понятие о средствах. 6. Физические упражнения - основное и специфическое средство формирования физической культуры личности 7. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений 8. Классификация физических упражнений 9. Содержание и форма физических упражнений 10. Естественные силы природы и гигиенические факторы 11. Понятие о технике физических упражнений 12. Характеристики техники физических упражнений 13. Понятие о выносливости. 14 Утомление и выносливость. 15. Виды выносливости 16. Понятие о гибкости. 17. Критерии измерения и виды гибкости. 18. Факторы, определяющие уровень развития гибкости 19. Определение понятий: «координация движений», «координированность», «координационные способности».

	самомассажа; знания: - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям,	
--	---	--

	оборудованию и инвентарю; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа. Навыки и/или опыт	
--	--	--

	деятельности: - анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, - обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.

	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 9.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной	Выберите правильный ответ: 1. Двигательное умение – это: А) уровень владения знаниями о движениях Б) уровень владения двигательным действием В) уровень владения тактической подготовкой Г) уровень владения системой движений 2. Реализация цели физического воспитания осуществляется через решение: А) двигательных, гигиенических и просветительских задач Б) закаливающих, психологических и философских задач В) задач развития дыхательной и сердечно – сосудистой систем Г) оздоровительных, образовательных и воспитательных задач 3. Временное снижение работоспособности принято называть: А) усталостью Б) напряжением В) утомлением Г) передозировкой 4. Что является основными средствами физического воспитания? А) учебные занятия Б) физические упражнения В) средства обучения Г) средства закаливания 5. Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим? А) метания Б) прыжки В) кувырки Г) бег 6. Одним из основных физических

	физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания: - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям,	качеств является: А) внимание Б) работоспособность В) сила Г) здоровье 7.Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе? А) сила Б) выносливость В) быстрота Г) ловкость 23 8.Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости: А) тяжелая атлетика Б) гимнастика В) современное пятиборье Г) легкая атлетика 9.Лучшие условия для развития ловкости создаются во время... А) подвижных и спортивных игр Б) прыжков в высоту В) бега с максимальной скоростью Г) занятий легкой атлетикой 10.Назовите основные физические качества. А) координация, выносливость, гибкость, сила, быстрота Б) ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость В) общая выносливость, силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость Г) общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, быстрота, ловкость 11.Основной и обязательной формой физического воспитания в школе является: А) соревнование Б) физкультурная пауза В) урок физической культуры
--	--	---

	оборудованию и инвентарю; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа. Навыки и/или опыт деятельности: - анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными	
--	---	--

	группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, - обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	
--	---	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ПК 1.2. ПК 1.3.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально-	1. Опишите задачи обучения двигательному действию Правильный ответ. Обучение двигательным действиям преследует разрешение следующих задач: 1. обеспечить «начальную школу движений», т. е. научить управлять

	психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания: - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными	относительно простыми движениями в основных звеньях двигательного аппарата, создав тем самым исходную базу для более сложных форм двигательной деятельности; 2. обучить действиям, которые будут использоваться как «подводящие» упражнения либо как средства избирательного воздействия на развитие отдельных физических качеств, способностей; 3. сформировать и довести до необходимой степени совершенства основные двигательные умения и навыки, необходимые в повседневной жизни, в трудовой, спортивной и других сферах деятельности. 2. Опишите последовательность этапов обучения. Правильный ответ. В процессе обучения выделяют четыре основных этапа: восприятие учебного материала, подлежащего усвоению; осмысливание учебного материала, образование понятий; закрепление и совершенствование знаний, образование умений и навыков; применение на практике полученных знаний, умений и навыков. 3. Составить психолого-педагогическую характеристику обучающихся школьного возраста, каждой нозологической группы. Правильный ответ. Для составления психолого-педагогической характеристики обучающихся школьного возраста разных нозологических групп можно следовать общей схеме: Получить полную информацию о ребенке (особенности характера, поведения, привычки и т. п.). Проконсультироваться со специалистами: врачом, учителем-дефектологом, психологом, логопедом. Планировать совместную работу специалистов (учитель, психолог,
--	--	---

	возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;	логопед): составить индивидуальный план сопровождения. Ознакомиться с программой специального (коррекционного) учреждения, рекомендованной ребёнку психолого-медико-педагогической комиссией. Подготовить детей и родителей класса к принятию нового ученика. Некоторые общие психологические особенности обучающихся разных нозологических групп: - коммуникационные трудности в установлении межличностного взаимодействия с педагогами и сверстниками; - низкий темп познавательной деятельности по сравнению с нормально развивающимися сверстниками; - проблемы в произвольной регуляции собственной деятельности; - трудности в адаптации к школе, режиму дня, правилам поведения; - повышенная тревожность; - неадекватная самооценка, капризность, инфантилизм, склонность к избеганию трудностей, чрезмерная зависимость от близких; - повышенная утомляемость. 4. Составить анатома-физиологическую характеристику каждой нозологической группы обучающихся школьного возраста. Правильный ответ. Центральная нервная система. В младшем школьном возрасте продолжает развиваться и совершенствоваться ЦНС: совершенствуется анализаторская и синтезирующая деятельность коры головного мозга, закрепляются реакции активного торможения. К 8 годам кора головного мозга похожа по строению на кору головного мозга взрослого человека. Кожа и подкожная жировая клетчатка. Кожа детей этого возраста гладкая, эластичная, розовая, покрыта небольшим количеством пушковых волос. Сальные и потовые железы
--	--	---

	- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы	функционируют. Костно-мышечная система. Появляются новые ядра окостенения в некоторых костях, в частности в костях кисти. Достаточно интенсивно происходят процессы окостенения костей скелета, замена хрящевой ткани костной. Лишь к концу этого периода, к 11–12 годам, внешнее строение и структура приближаются к характеристикам кости взрослого человека. Дыхательная система. Отличительной особенностью в развитии дыхательной системы в этом периоде является значительное увеличение размеров бронхов, лёгких, увеличение количества альвеол. Сердечно-сосудистая система. Относительно медленные темпы роста сердца, но происходит окончательная дифференцировка тканей сердца, обогащение эластической и соединительной тканью, утолщение мышечных волокон. Мочевая система. Органы мочеобразования и мочеотделения растут относительно медленно вплоть до периода полового созревания. Ёмкость мочевого пузыря во многом зависит от тонуса мышц и к возрасту 9–10 лет составляет около 600 мл, к 12–13 годам — около 1000 мл. Физическое развитие. Характеризуется высокими темпами нарастания роста, массы тела, увеличением окружности головы и грудной клетки, начинается чёткое половое различие. 5.Составить индивидуальную программу обучения одного двигательного действия с учётом индивидуальных особенностями обучающихся (характера нарушений, возраста, уровня физической подготовленности). Правильный ответ. Для составления индивидуальной программы обучения одного двигательного действия с учётом индивидуальных особенностей обучающихся (характера нарушений, возраста, уровня физической
--	---	--

	влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа. Навыки и/или опыт деятельности: - анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, - обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	подготовленности) можно следовать таким рекомендациям: Дозировать нагрузку на уроке за счёт усложнений или упрощения упражнений. Число повторений должно зависеть от степени усвоения учебного материала и переносимости физической нагрузки. Учитывать противопоказания к занятиям отдельными видами упражнений. Дифференцировать исходные положения и амплитуду движения. Например, детям с высоким уровнем двигательной активности достаточно показа в среднем темпе, а тем, кто усваивает задания медленнее, необходим замедленный показ с чётким и подробным объяснением. Подбирать упражнения с учётом уровня двигательной активности. Детям с высоким уровнем предлагаются задания на развитие внимания, координации движений, ловкости, требующие точности выполнения действий. Для детей с низким уровнем следует выбирать игры и упражнения на развитие быстроты, скорости движения и выносливости, на быстрое переключение с одного движения на другое, пробежки с постепенным увеличением скорости и дистанции. Для детей со средним уровнем двигательной активности желательно усложнять двигательные задачи, подбирая вариативные задания. Также в заключительной части урока рекомендуется включать упражнения на те группы мышц, которые не были задействованы на уроке, а также упражнения на внимание и формирование правильной осанки. Для составления индивидуальной программы обучения рекомендуется обратиться к специалисту. 6.Провести анализ щадящего режима при зрительной нагрузке: с указанием потенциально негативных факторов, идентификация возможных проблем, описание методики, способствующей снижению и профилактике зрительной
--	--	--

		нагрузки. Правильный ответ Некоторые потенциально негативные факторы: 1. Плохое освещение. Источник света должен быть естественным. При искусственном освещении рекомендуется использовать лампы жёлтого цвета и силой до 60 Вт. 4 2. Низкий наклон головы. Положение головы над партой не должно быть ниже 30–50 см. 4 3. Возможные проблемы: в детском и юношеском возрасте зрительная усталость может привести к нарушениям в аккомодационном механизме глаза, а в дальнейшем — к близорукости. В зрелом возрасте истощение резервных возможностей глаза проявляется в повышенной зрительной утомляемости, что при длительном сохранении состояния создаёт предпосылки развития хронических глазных заболеваний. 4. Методика, способствующая снижению и профилактике зрительной нагрузки: 5. Режим труда и отдыха. Через каждые 30–40 минут зрительной работы нужно делать перерыв в 10–15 минут, чтобы дать глазам возможность отдохнуть. 6. Организация рабочего места. Оно должно хорошо освещаться и соответствовать росту. Расстояние от глаз до монитора должно быть не менее 50 см, оптимальным считается — 60–70 см. Центр экрана должен располагаться на 15–20 градусов ниже уровня глаз. 7. Зрительная гимнастика. Её рекомендуется выполнять каждый час и включать в перерыв. Например, каждые 20 минут необходимо отрывать взгляд от монитора и смотреть 20 секунд вдаль для разгрузки
--	--	---

		глазных мышц. 8. Активный отдых на свежем воздухе. В светлое время суток нужно ежедневно находиться на свежем воздухе не менее 2 часов. 7.Подготовить презентацию подвижных игр для обучающихся различных нозологических групп: указать особенность восприятия и двигательной активности детей данной нозологической группы, описать адаптированные подвижные игры с возможными модификациями или специальными правилами, указать цели и задачи, которые необходимо достичь в ходе проведения игры, указать необходимый инвентарь и оборудование. Данные предоставит в виде таблицы. 8.Составить таблицу: описание видов и приёмов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений для различных нозологических групп, указать необходимое спортивное и специализированное оборудование. Правильный ответ. Знание техники и понимание особенностей структуры осваиваемого упражнения. Правильный выбор места расположения страхующего в соответствии с наиболее трудными и опасными элементами выполнения упражнения, где наиболее вероятен срыв или падение. Не осуществлять страховку, стоя на каком-либо предмете. При осуществлении страховки выполнения упражнения на гимнастических снарядах (например, на брусках) располагать руки таким образом, чтобы исключить вероятность их попадания «на излом», между телом выполняющего упражнение и гимнастическим снарядом. Приёмы страховки-помощи применять по мере необходимости на начальных этапах освоения движений или при внесении элементов его усложнения. Применение приёмов поддержки и помощи должно способствовать более
--	--	---

		быстрому освоению движений и осуществляться ровно настолько, насколько это необходимо каждому конкретному занимающемуся для предотвращения падения или неудачного приземления. Самостраховка - это умение занимающегося самостоятельно и своевременно найти выход из неожиданно возникшего опасного положения. 9.Разработать и описать приёмы коррекции вторичных отклонений в физическом развитии обучающихся с нарушением слуха, данные предоставить в виде таблицы. Правильный ответ. Поочерёдное применение методов показа и объяснения. После показа упражнения и демонстрации его графического изображения (рисунка, фото) нужно дать название упражнения и его основных элементов. Ученикам предлагается несколько раз повторить их вместе с педагогом (проговаривать вслух). Использование речевого материала. Включение речевого материала в содержание уроков физической культуры положительно влияет на накопление и осмысление словарного запаса, связанного с формированием и совершенствованием двигательных умений и навыков. Тренировки вестибулярного аппарата. Специально подобранные физические упражнения улучшают функциональную стабильность вестибулярного анализатора. Фонетическая ритмика. Это система двигательных упражнений, в которых различные движения (корпуса, головы, рук, ног) сочетаются с произнесением определённого речевого материала (фраз, слов, слогов, звуков). Игровой и соревновательный методы. К ним относятся эстафеты, подвижные игры, сюжетные игры, круговой тип занятий. 10.Составить описательный анализ
--	--	--

		сенситивных периодов коррекции и развития двигательных качеств, обучающихся с умственной отсталостью. Правильный ответ. Описательный анализ сенситивных периодов коррекции и развития двигательных качеств обучающихся с умственной отсталостью может включать следующие аспекты: Развитие точности движений. Наилучший возраст для развития точности движений — период от 7 до 12 лет. 1 Развитие скоростных качеств. Скоростные качества у детей с умственной отсталостью развиваются очень медленно, темп развития носит индивидуальный характер, а сенситивный период — 10–12 лет. 1 Развитие гибкости. Сенситивным периодом для развития гибкости является возраст 9–10 лет, активной — 10–14 лет. 1 У детей с умственной отсталостью сенситивные периоды наступают на 2–3 года позже, чем у здоровых 11. Разработать комплекс упражнений для укрепления основных мышечных групп для обучающихся с нарушением в интеллектуальном развитии. Правильный ответ. Схема разработки комплекса упражнений для укрепления основных мышечных групп для обучающихся с нарушением интеллектуального развития может включать следующие этапы: Подготовка. На этом этапе нужно создать положительное отношение к занятиям. Основным методом считается разъяснение. Дидактический. На этом этапе обучают приемам выполнения упражнений и устанавливают их логическую последовательность. Подбор упражнений. Для общего укрепления корпуса и рук подходят упражнения для общего укрепления корпуса и рук. Для мелкой моторики выбирают упражнения и игры, которые работают над повышением тонуса
--	--	---

		мышц и укреплением мышц-антагонистов. Также можно включать упражнения, которые помогают выполнять бытовые моторные навыки, например, застёгивать и расстёгивать пуговицы, собирать и убирать со стола школьные принадлежности. Выполнение упражнений. Для чёткого и грамотного показа упражнений их нужно демонстрировать, встав лицом к учащимся. Если упражнение содержит асимметричные движения, необходим зеркальный показ. Упражнения, которые выполняются сидя или лёжа, лучше показывать на возвышении, чтобы максимально концентрировать на себе внимание. При разработке комплекса упражнений важно ориентироваться на сохранённые функции, сензитивные периоды развития и потенциальные возможности ребёнка. 12. Разработать комплекс упражнений на снятие мышечного тонуса у детей с ДЦП. Правильный ответ. Схема разработки комплекса упражнений для укрепления основных мышечных групп для обучающихся с нарушением интеллектуального развития может включать следующие этапы: Подготовка. На этом этапе нужно создать положительное отношение к занятиям. Основным методом считается разъяснение. Дидактический. На этом этапе обучают приёмам выполнения упражнений и устанавливают их логическую последовательность. Подбор упражнений. Для общего укрепления корпуса и рук подходят упражнения для общего укрепления корпуса и рук. Для мелкой моторики выбирают упражнения и игры, которые работают над повышением тонуса мышц и укреплением мышц-антагонистов. Также можно включать упражнения, которые помогают выполнять бытовые моторные навыки, например, застёгивать и расстёгивать
--	--	---

		пуговицы, собирать и убирать со стола школьные принадлежности. Выполнение упражнений. Для чёткого и грамотного показа упражнений их нужно демонстрировать, встав лицом к учащимся. Если упражнение содержит асимметричные движения, необходим зеркальный показ. Упражнения, которые выполняются сидя или лёжа, лучше показывать на возвышении, чтобы максимально концентрировать на себе внимание. 24 При разработке комплекса упражнений важно ориентироваться на сохранённые функции, сензитивные периоды развития и потенциальные возможности ребёнка. 13.Разработать комплекс дыхательных упражнений для детей с ДЦП, с описанием методики обучения. Правильный ответ. Схема разработки комплекса упражнений для укрепления основных мышечных групп для обучающихся с нарушением интеллектуального развития может включать следующие этапы: Подготовка. На этом этапе нужно создать положительное отношение к занятиям. Основным методом считается разъяснение. Дидактический. На этом этапе обучают приёмам выполнения упражнений и устанавливают их логическую последовательность. Подбор упражнений. Для общего укрепления корпуса и рук подходят упражнения для общего укрепления корпуса и рук. Для мелкой моторики выбирают упражнения и игры, которые работают над повышением тонуса мышц и укреплением мышц-антагонистов. Также можно включать упражнения, которые помогают выполнять бытовые моторные навыки, например, застёгивать и расстёгивать пуговицы, собирать и убирать со стола школьные принадлежности. Выполнение упражнений. Для чёткого и грамотного показа упражнений их нужно демонстрировать, встав лицом к
--	--	---

		учащимся. Если упражнение содержит асимметричные движения, необходим зеркальный показ. Упражнения, которые выполняются сидя или лёжа, лучше показывать на возвышении, чтобы максимально концентрировать на себе внимание. 24 При разработке комплекса упражнений важно ориентироваться на сохранные функции, сензитивные периоды развития и потенциальные возможности ребёнка. 14.Разработать комплекс упражнений для сохранившейся конечности для обучающихся данной нозологической группы. Правильный ответ. Схема разработки комплекса упражнений для укрепления основных мышечных групп для обучающихся с нарушением интеллектуального развития может включать следующие этапы: Подготовка. На этом этапе нужно создать положительное отношение к занятиям. Основным методом считается разъяснение. Дидактический. На этом этапе обучают приёмам выполнения упражнений и устанавливают их логическую последовательность. Подбор упражнений. Для общего укрепления корпуса и рук подходят упражнения для общего укрепления корпуса и рук. Для мелкой моторики выбирают упражнения и игры, которые работают над повышением тонуса мышц и укреплением мышц-антагонистов. Также можно включать упражнения, которые помогают выполнять бытовые моторные навыки, например, застёгивать и расстёгивать пуговицы, собирать и убирать со стола школьные принадлежности. Выполнение упражнений. Для чёткого и грамотного показа упражнений их нужно демонстрировать, встав лицом к учащимся. Если упражнение содержит асимметричные движения, необходим зеркальный показ. Упражнения, которые выполняются сидя или лёжа,
--	--	--

		лучше показывать на возвышении, чтобы максимально концентрировать на себе внимание. При разработке комплекса упражнений важно ориентироваться на сохраненные функции, сензитивные периоды развития и потенциальные возможности ребёнка. 15.Разработать комплекс подвижных игр для обучающихся с дефектами верхних и нижних конечностей. Правильный ответ. Для разработки комплекса подвижных игр для обучающихся с дефектами верхних и нижних конечностей можно следовать таким рекомендациям: Учитывать степень ограничения подвижности и состояние интеллекта. Выбор игр и методика их применения должны соответствовать индивидуальным возможностям обучающихся. Сочетать в одном занятии игры разной направленности. Стоит учитывать степень сложности содержания игры и выполняемых элементов и движений. Делать паузы для отдыха и дыхательных упражнений. Их нужно заполнять также упражнениями на расслабление. Принимать во внимание заинтересованность и желание детей играть в ту или иную игру. Использовать музыкальное сопровождение. Избегать чрезмерных мышечных напряжений и продолжительных задержек дыхания. Выбирать игры, которые вызывают положительные эмоции и оказывают благоприятное влияние на нервную систему. 16.Разработать комплекс адаптированных упражнений и описать процедуру обучения, для освоения способа плавания «кроль на груди», для обучающихся с дефектами верхних и нижних конечностей. Правильный ответ. Схема разработки комплекса адаптированных упражнений для
--	--	---

		освоения способа плавания «кроль на груди» для обучающихся с дефектами верхних и нижних конечностей включает следующие этапы: Подготовительный этап на суше. 29 Комплекс начинается с разогревающих и дыхательных упражнений — различных видов ходьбы, бега с прыжками и движениями рук. Затем идут упражнения для крупных мышечных групп корпуса, плечевого пояса, рук и ног: различные наклоны, приседания, круговые движения таза, отжимания. Изучение упражнений в воде. Каждое упражнение выполняется в определённой последовательности: на суше (в порядке ознакомления), в воде с опорой на месте (например, движение ног, опираясь руками о поручни), в воде без опоры в движении (например, движения рук в ходьбе по дну), в воде без опоры в движении (плавание в полной координации, с помощью одних рук и ног). Некоторые упражнения для кроля на груди: Лечь на грудь, упереться руками на бортик бассейна, поднять к поверхности воды таз и пятки, носки подтянуть. Под команду учителя делать движение ногами кролем. Движения выполняются в быстром темпе, чтобы ребята не успевали широко работать ногами и сгибать колени. Плавание кролем с доской с помощью одних ног. Скольжение с движением ног кролем и различными положениями рук (вытянуты вперёд, одна впереди, другая у бедра, вдоль бёдер). Плавание кролем на груди с попытками повернуть голову и сделать вдох сначала один раз на несколько гребков, затем чаще (до 5–6 попыток). Сначала лучше дышать через 2–3 гребка, постепенно подводя очередной вдох под каждый гребок правой и левой руки. Плавание кролем в полной
--	--	--

		координации. Процедура обучения включает также ознакомление с физическими свойствами воды: сопротивлением, вязкостью, выталкивающей силой. Для этого осуществляются передвижения вдоль бортика бассейна с опорой о поручни, элементарные движения руками и культиками. В дальнейшем происходит обучение погружению в воду с задержкой дыхания, открыванию глаз под водой, выдоху в воду, скольжению. Каждое упражнение предварительно многократно отрабатывается на суше в различных вариациях: по частям, в медленном темпе, с помощью тренера, самостоятельно. 17. Составить комплекс адаптивных упражнений способствующих развитию физических и речевых навыков у детей с нарушением речи. Правильный ответ. Схема разработки комплекса адаптивных упражнений для развития физических и речевых навыков у детей с нарушениями речи может включать следующие этапы: Подготовительный. В него включаются несложные дыхательные и речевые упражнения, а также ходьба и бег, подготавливающие организм к возрастающей нагрузке. На эту часть занятия обычно отводится 25% времени. Основной. 13 В эту часть включаются общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса, мышц ног, формирование правильной осанки, перекрёстные упражнения на развитие координации, физические упражнения, направленные на развитие всех основных видов движений, подвижные игры с речитативом и игровые упражнения с учётом изучаемой лексической темы, логоритмические упражнения. На основную часть занятия отводится до 60% времени. Заключительный. В эту часть включаются упражнения,
--	--	--

		формирующие правильную осанку и походку, релаксационные упражнения. Также сюда входят малоподвижные игры на обобщение и расширение словарного запаса, игры на развитие мелкой моторики, памяти, внимания, ориентировки в пространстве. На заключительную часть занятия отводится 15% времени. При планировании занятий по физкультуре для детей с нарушениями речи важно учитывать лексические темы и речевые задачи на ближайший период 18.Составить план-конспект занятий по АФК с использованием коммуникативных игр. Правильный ответ. Примерная схема разработки плана-конспекта занятий по адаптивной физической культуре (АФК) с использованием коммуникативных игр может включать следующие этапы: Организационный. Построение, проверка осанки. Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся. Актуализация знаний. Нестандартная разминка (комплексы общеразвивающих упражнений). Первичное усвоение новых знаний. Выполнение комплекса упражнений, например, в кругу лицом друг к другу. Коммуникативные игры. Например, игры, в которых нужно согласованно действовать сообща, вместе, в коллективе, подчиняться правилам игры. Заключительный. Дыхательные упражнения и упражнения на расслабление, построение, подведение итогов урока, награждение. При разработке плана-конспекта также стоит указать используемое оборудование и инвентарь. 19.Составить анкету для родителей, для сбора и анализа данных для определения наиболее важных аспектов в учебно-тренировочном процессе
--	--	--

		учащихся. Правильный ответ. Примерная схема составления анкеты для родителей для сбора и анализа данных для определения наиболее важных аспектов в учебно-тренировочном процессе учащихся может включать следующие вопросы: Удовлетворённость качеством образовательных услуг и условий в учреждении. Например, удовлетворены ли родители расписанием занятий, программой обучения, санитарно-бытовыми условиями, материально-техническим оснащением. Причины посещения учреждения ребёнком. Можно спросить, что явилось главной причиной посещения (возможно несколько вариантов ответа). Уровень интереса ребёнка к тренировочным занятиям. Например, ребёнок всегда с удовольствием посещает отделение, временами интерес к тренировкам снижается, часто приходится уговаривать ребёнка посещать тренировки. Влияние посещения учреждения на успеваемость ребёнка в школе. Можно спросить, как, по мнению родителей, посещение ребёнком отделения влияет на его успеваемость в школе (позитивно, никак не влияет, негативно влияет). Формы работы с родителями. Например, родительские собрания, открытые тренировочные занятия, спортивные и досуговые мероприятия с участием родителей. Удовлетворённость материально-техническим обеспечением учреждения. Готовность рекомендовать учреждение родственникам и знакомым. Вопросы анкеты разрабатываются в зависимости от темы и цели анкетирования, обсуждаются на административном совещании и утверждаются директором учреждения.
--	--	--

--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Темы рефератов и презентаций

1. История развития футбола.
2. Техника ударов по мячу ногой. Футбол.
3. Методика обучения. Футбол.
4. Методика судейства по футболу.
5. Обучение специальной физической подготовки по футболу.
6. Организация проведения соревнований по футболу.
7. История развития лыжного спорта в мире.
8. Избранный вид спорта в системе профессиональной подготовки
9. Развитие лыжного спорта в России.
10. Техника безопасности на занятиях лыжным спортом.

Требования к реферату и презентации

1. Доклад не копируется дословно из первоисточника, а представляет собой новый вторичный текст, создаваемый в результате осмысленного обобщения материала первоисточника;
2. При написании доклада следует использовать только тот материал, который отражает сущность темы;
3. Изложение должно быть последовательным и доступным для понимания докладчика и слушателей;

4. Доклад должен быть с иллюстрациями, таблицами, если это требуется для полноты раскрытия темы;
 5. При подготовке доклада использовать не менее 3-х первоисточников.
- Требования к оформлению доклада и реферата
1. Доклад должен быть выполнен печатным способом на одной стороне бумаги формата А4 через полтора интервала. Цвет шрифта должен быть черным (шрифт Times New Roman, 14 пт.).
 2. Текст следует печатать, соблюдая следующие размеры полей: верхнее и нижнее - 20 мм, левое - 30 мм, правое - 10 мм. Абзацный отступ должен быть одинаковым по всему тексту и составлять 1,25 см.
 3. Выравнивание текста по ширине.
 4. Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, применяя выделение жирным шрифтом, курсив, подчеркивание. Перенос слов недопустим
 5. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой.
 6. Подчеркивать заголовки не допускается.
 7. Расстояние между заголовками раздела, подраздела и последующим текстом так же, как и расстояние между заголовками и предыдущим текстом, должно быть равно 15мм (2 пробела).
 8. Название каждой главы и параграфа в тексте работы можно писать более крупным шрифтом, жирным шрифтом, чем весь остальной текст. Каждая глава начинается с новой страницы, параграфы (подразделы) располагаются друг за другом.
 9. В тексте доклада рекомендуется чаще применять красную строку, выделяя законченную мысль в самостоятельный абзац.
 10. Перечисления, встречающиеся в тексте доклада, должны быть оформлены в виде маркированного или нумерованного списка.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД 2 модуль 2 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания: - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	1. Какие основные принципы следует учитывать при работе с обучающимися, имеющими нарушения в развитии, чтобы обеспечить им эффективное обучение и поддержку? Правильный ответ. Основные принципы, которые следует учитывать при работе с обучающимися, имеющими нарушения в развитии, чтобы обеспечить им эффективное обучение и поддержку: Принцип педагогического оптимизма. Специальная педагогика исходит из того, что учиться могут все дети. Принцип опирается на идею Л. С. Выготского о «зоне ближайшего развития» ребёнка, которая позволяет прогнозировать начало, ход и результаты индивидуальной коррекционно-развивающей программы. Принцип ранней педагогической помощи. Ключевое условие успешной коррекционно-педагогической помощи — раннее выявление и диагностика отклонений в развитии ребёнка для определения его особых образовательных потребностей. Принцип коррекционно-компенсирующей направленности образования. Этот принцип предполагает опору на здоровые силы обучающегося, построение образовательного процесса с использованием сохранных анализаторов, функций и систем организма в соответствии со спецификой природы недостатка развития. Принцип социально-адаптирующей направленности

	с различными возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды	образования. Позволяет преодолеть или значительно уменьшить «социальное выпадение», сформировать различные структуры социальной компетентности и психологическую подготовленность к жизни в окружающей человека социокультурной среде. 2. Какие медико-физиологические и психологические аспекты следует учитывать при разработке частных методик адаптивной физической культуры для детей с особыми потребностями? Правильный ответ. При разработке частных методик адаптивной физической культуры для детей с особыми потребностями следует учитывать медико-физиологические и психологические аспекты, например: Ведущий способ восприятия учебной информации. При создании или выборе обучающей среды нужно предусмотреть вариативность средств и форм представления информации: зрительной, слуховой, тактильной. Слабое внимание и пресыщаемость однообразной деятельностью. На уроке нужно менять разные виды деятельности: начинать урок с заданий, которые тренируют память и внимание, сложные интеллектуальные задания использовать только в середине урока, чередовать задания, связанные с обучением, и задания, имеющие только коррекционную направленность (зрительная гимнастика, задания на развитие мелкой моторики, восприятия и
--	---	--

	документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа. Навыки и/или опыт деятельности: - анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными	мышления). Коррекционно-развивающая направленность предполагает обеспечение благоприятных условий для личностного развития каждого обучающегося, овладение специальными знаниями, умениями и навыками, необходимыми для социальной адаптации и интеграции, коррекцию недостатков физического развития. 3. Почему коррекционно-развивающая направленность педагогического воздействия является основой для построения частных методик адаптивной физической культуры для детей с особыми потребностями? Какие принципы лежат в её основе? Правильный ответ. Коррекционно-развивающая направленность педагогического воздействия является основой для построения частных методик адаптивной физической культуры для детей с особыми потребностями, потому что она направлена не только на преодоление и сглаживание физических и психических недостатков, но и на активное развитие познавательной деятельности, психических процессов, физических способностей и нравственных качеств. Некоторые принципы, лежащие в основе коррекционно-развивающей направленности: Индивидуализация педагогического процесса. Опора на конкретные способности и возможности каждого ребёнка, создание максимальных условий для его роста. Компенсаторная
--	--	--

	группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, - обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	направленность. Возмещение недоразвитых, нарушенных или утраченных функций за счёт перестройки или усиленного использования сохранных функций и формирования обходных путей 4. Какие формы организации адаптивной физической культуры существуют, и какие преимущества и недостатки у каждой из них? Приведите примеры конкретных ситуаций, когда использование определённой формы организации является наиболее эффективным. Правильный ответ. Существуют следующие формы организации адаптивной физической культуры: Систематические: уроки физической культуры, утренняя гимнастика. Эпизодические: загородная прогулка, рыбалка. Индивидуальные: в условиях стационара или дома. Массовые: фестивали, праздники. Соревновательные: от групповых до международных. Игровые: в летнем оздоровительном лагере. Одни формы занятий организуются и проводятся специалистами, другие — общественными и государственными организациями, третьи — родителями детей-инвалидов, волонтерами, студентами, четвертые — самостоятельно, самими инвалидами. Цель всех форм организации — расширение двигательной активности за счёт систематических занятий физическими упражнениями, приобщение к доступной
--	---	---

		спортивной деятельности, интересному досугу, развитие собственной активности и творчества, формирование здорового образа жизни. 5. Опишите структуру и этапы обучения двигательным действиям. Какие методы и приёмы можно использовать на каждом этапе для достижения оптимальных результатов? Правильный ответ. В процессе обучения двигательным действиям выделяют три этапа: Этап начального разучивания (ознакомительный, первичного разучивания движения). Цель — обучить основам техники двигательного действия, добиться выполнения его хотя бы в приближенной форме. Этап углубленного разучивания (формирования двигательного умения, углубленного детализированного разучивания). Цель — сформировать умение выполнять двигательное действие в объёме намеченных технических требований. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования (формирования двигательного навыка, достижения двигательного мастерства). Цель — перевести двигательное умение в навык, обладающий возможностью его практического применения. 6. Какие особенности психолого-педагогической характеристики детей с нарушением зрения необходимо учитывать при работе с ними? Правильный ответ. Некоторые особенности психолого-педагогической характеристики детей с
--	--	---

		нарушением зрения, которые необходимо учитывать при работе с ними: Слабость абстрактно-логического мышления. Также характерен малый объём чувственного опыта, формальный словарный запас и недостаточно точная предметная соотнесённость слов. Особенности внимания. Из-за недостатка зрения нарушено произвольное внимание, оно часто переключается на второстепенные объекты. У детей с патологией зрения утомление наступает быстрее, чем у нормально видящих сверстников. Особенности мышления. Дети с нарушением зрения не имеют возможности воспринимать окружающую ситуацию в целом, им приходится анализировать её на основании отдельных признаков, доступных их восприятию. Особенности речевого развития. Дети, имеющие зрительные нарушения, отличаются замедленностью формирования речи. Проявляется это в нарушении словарно-семантической стороны речи, в формализме употребления значительного количества слов с их конкретными чувственными характеристиками. Особенности учебной деятельности. Низкая работоспособность, повышенная утомляемость, медленный темп работы, ограниченный запас знаний и представлений. 7. Какие методики и подходы могут быть эффективны при обучении детей с нарушением зрения?
--	--	--

		Правильный ответ. Некоторые методики и подходы, которые могут быть эффективны при обучении детей с нарушениями зрения: Приёмы, обеспечивающие доступность восприятия учебной информации. Совместная деятельность ученика и учителя, расчленение показа, переход от восприятия натурального объекта к его изображению и наоборот, обеспечение лучшей видимости объектов. Приёмы, обеспечивающие переработку учебной информации. Замена представлений понятиями, включение изучаемых объектов в разнообразные связи, проведение сравнений, классификаций, установление аналогий, составление планов, схем, таблиц. Приёмы, обеспечивающие организацию и управление учебно-познавательной деятельностью. Предварительная активизация и уточнение образов, использование сигнальных опор, планов (инструкционных карт, памяток) как ориентировочной основы деятельности, алгоритмов выполнения разных видов деятельности. Использование специальной наглядности. Более крупная наглядность, фоны, улучшающие зрительное восприятие при демонстрации объектов, подставки, позволяющие рассматривать объект в вертикальном положении. Целевые прогулки и экскурсии. Наблюдая и изучая реальные объекты или явления природы в непосредственной близости, дети знакомятся с
--	--	--

		многообразием и вариативностью их признаков, качеств и свойств. Изготовление учащимися наглядных пособий. Эта работа развивает пространственные представления и вооружает школьников с нарушенным зрением практическими навыками. При выборе методик и подходов важно учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей с нарушениями зрения, состояние их зрительных функций, уровень развития зрительного восприятия 8. Опишите основные принципы и методики адаптивного физического воспитания, обучающихся с нарушением зрения. Правильный ответ. Основные принципы адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения: Индивидуальный и дифференцированный подход к регулированию физической нагрузки и сенсорных возможностей детей. Регулирование психофизической нагрузки. Это необходимо, чтобы опираться на сохранные анализаторы ребёнка, исключить его перенапряжение и избежать излишней физической нагрузки. Чередование физических действий с паузами. Их можно заполнить выполнением упражнений для органов зрения, пальчиковой гимнастики или упражнениями на постановку дыхания. Исключение упражнений статического характера и длительных по выполнению. Также не рекомендуется
--	--	--

		выполнять упражнения высокой интенсивности с серьёзной кардионагрузкой. Учёт сенситивных периодов физиологического развития ребёнка при выборе комплекса упражнений. Использование на занятиях психогимнастики (минут 5–10). Она помогает улучшить психосоматическое состояние ребёнка. Акцентирование внимания на упражнениях, способствующих снятию глазного напряжения, зрительного утомления, общую релаксацию организма и органов зрения. Некоторые методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения: Метод практической деятельности. Он основан на многократном повторении выполнения того или иного физического упражнения или его части. Каждое упражнение разбивается на части, и происходит последовательное освоение выполнения конкретной части упражнения. Метод словесного обучения. Поскольку наглядное восприятие ребёнка с нарушением зрения нарушено, то активно применяются словесные методы. Каждое движение детально описывается и его выполнение сопровождается словесным пояснением. Метод стимулирования двигательной активности ребёнка. Движения должны приносить ребёнку радость. Необходимо уделить внимание формированию чувства удовлетворения от собственной физической деятельности, устранению страха и неуверенности в себе.
--	--	--

		9. Какие адаптивные упражнения и игры могут быть использованы для развития физических способностей у обучающихся с нарушением зрения? Правильный ответ. Некоторые адаптивные упражнения и игры, которые могут быть использованы для развития физических способностей у обучающихся с нарушением зрения: Упражнения: передвижения (ходьба, бег, подскоки); общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами (гимнастические палки, обручи, мешочки с песком, гантели 0,5 кг и др.); упражнения на формирование навыка правильной осанки; упражнения для укрепления сводов стопы; упражнения для развития и укрепления мышечно-связочного аппарата (мышц спины, живота, плечевого пояса, нижних и верхних конечностей); упражнения на развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем; упражнения на развитие равновесия, координационных способностей (согласованность движений рук и ног, тренировка вестибулярного аппарата); упражнения на развитие точности движений и дифференцировки усилий; лазание и перелезание (преодоление различных препятствий). Игры: Для развития скоростных качеств: «Сова», «Пол это лава», «Догонялки», адаптированные «Футбол», «Волейбол», игры с канатом.
--	--	--

		Для развития силовых качеств: перетягивание каната (индивидуальный зачёт и групповые соревнования), адаптированные эстафеты по подтягиванию, отжиманию, армреслингу. Для развития выносливости: разнообразные динамические упражнения на свежем воздухе: ходьба, бег, передвижение на лыжах, катание на коньках, санках, велосипеде, плавание и др.. Упражнения необходимо подбирать индивидуально, с большой осторожностью, избегая чрезмерной нагрузки, постепенно и под контролем специалиста усложняя упражнения. 10.Какие особенности необходимо учитывать при организации и проведении уроков по адаптивной физической культуре для обучающихся с нарушением зрения? Правильный ответ. Некоторые особенности, которые необходимо учитывать при организации и проведении уроков по адаптивной физической культуре для обучающихся с нарушением зрения: Утомление. У учащихся с патологией зрения оно наступает быстрее, чем у детей с нормальной остротой зрения. Поэтому нужно чередовать выполнение физических упражнений с отдыхом (упражнения для глаз, обучение правильному дыханию, релаксация, сюжетно-ролевые игры). Соответствие физической нагрузки состоянию здоровья и уровню подготовленности обучающихся. Важно помнить о внешних признаках
--	--	---

		утомления. Эмоциональность занятий. Восприятие учебного материала зависит от разнообразия упражнений, от общего тона проведения занятий, в том числе интонаций и тембра учителя. Создание ситуаций успеха. Это вдохновляет обучающихся с различными нарушениями зрения к дальнейшему физическому развитию и совершенствованию, повышает мотивацию к урокам физической культуры. Особенности техники безопасности. В начале урока нужно пройти по залу, вспоминая расположение инвентаря, а также возможные выступления. Инвентарь должен находиться в привычном для учащихся месте, если были какие-то изменения в перестановке, то о них необходимо сообщить учащимся заранее. Следует использовать безопасный инвентарь (силиконовые и резиновые мячи, мягкие модули, пластмассовые обручи и др.). Использование специального инвентаря. Например, звуковых мячей, различных звуковых ориентиров (колокольчик, бубен и др.) 11. Какие методы и приёмы могут быть эффективны для работы с обучающимися с нарушением зрения? Правильный ответ. Для работы с обучающимися с нарушением зрения могут быть эффективны следующие методы и приёмы: Наглядный метод: наблюдение окружающих предметов и явлений, восприятие материализованных средств
--	--	---

		наглядности. Словесный метод: беседа, описание объекта восприятия или рассматривания, объяснение, вопросы, инструкция (установка), пояснение, слуховой диктант, чтение стихотворений, рассказов, загадок. Практический метод: игровые задания, направленные на активизацию механизмов и свойств зрительного восприятия. Выбор методов и приёмов должен учитывать возрастные и индивидуальные возможности детей, состояние зрительных функций, уровень развития зрительного восприятия и другие факторы. 12. Какие особенности следует учитывать при методике и организации подвижных игр с обучающимися с нарушением зрения? Правильный ответ. Некоторые особенности, которые следует учитывать при методике и организации подвижных игр с обучающимися с нарушением зрения: Взаимодействие педагогов, воспитателей и врачей. С помощью медицинской диагностики нужно установить, какие игры противопоказаны, а какие нет. Учёт предыдущего опыта. Следует обратить внимание на зрительно-слуховое восприятие предлагаемого материала. Состояние остроты зрения. Также нужно учесть уровень физической подготовленности, возрастные и индивидуальные возможности ребёнка, наличие навыков пространственной ориентировки. Выбор инвентаря. Он должен
--	--	---

		быть ярким и красочным, учитывать контрастность предметов. Для слепых детей подойдёт озвученная атрибутика (озвученный мяч, свисток, бубен и др.). Предварительное ознакомление с игровой площадкой. Нужно дать детям самостоятельно походить, побегать, посмотреть все предметы и инвентарь, которые будут использованы в игре. Регулирование физической нагрузки. Ребёнок с нарушением зрения ощущает игру преимущественно посредством слухового анализатора, у него может возникнуть перенапряжение органов слуха, нервной системы, переутомление. Адаптация правил игры. Например, при совместном проведении подвижных игр детей с нарушенным зрением и нормально видящих детей нужно внести в правила игры небольшие изменения 13. Какие адаптивные подходы и техники могут быть использованы для эффективной организации подвижных игр для обучающихся с нарушением зрения? Приведите примеры конкретных подвижных игр, которые могут быть успешно адаптированы для обучающихся с нарушением зрения. Правильный ответ. Некоторые адаптивные подходы и техники для эффективной организации подвижных игр для обучающихся с нарушением зрения: Использование звуковых, осязательных, обонятельных и других ориентиров. Звук выступает условным сигналом, заменяющим зрительное
--	--	--

		восприятие. Выбор подходящего инвентаря. Для слепых обучающихся используют озвученную атрибутику (озвученный мяч, свисток, бубен, метроном, погремушки и др.). Для детей с остаточным зрением и слабовидящих подбирают яркий и красочный инвентарь, учитывая контрастность предметов (как правило, используют красный, жёлтый, зелёный, оранжевый цвета). Предварительное знакомство с размерами игровой площадки и возможными ориентирами. Детям дают самостоятельно походить, побегать, ощупать руками все предметы и инвентарь для безбоязненного передвижения по площадке. Дозировка физической нагрузки. Чтобы избежать переутомления, нужно учитывать уровень физической подготовленности и индивидуальные возможности ребёнка. Пример адаптированной подвижной игры для обучающихся с нарушением зрения: «Найди себе пару». Играет нечётное количество игроков, например По кругу кладут пять обручей. Идя по внешнему кругу, дети выполняют различные упражнения на осанку. Со словами руководителя «Стоп, ребята не зевайте! Быстро пару выбирайте!» игроки вбегают в обручи, образуют пары и встают спиной друг к другу, принимая заранее обусловленное положение правильной осанки. Игрок, оказавшийся лишним, идёт по кругу и вместе с руководителем отмечает игроков с неправильной осанкой.
--	--	---

		Победителем становится тот, у кого окажется наименьшее количество штрафных очков. Ещё один пример: «Воздушный шар». Цель игры — совершенствовать ходьбу по заданной траектории, умение ориентироваться в пространстве. Педагог эмоционально рассказывает о разноцветных шарах, предлагая, в зависимости от количества детей, образовать маленький или большой круг. По команде педагога дети, постепенно расширяя круг, отходят на расстояние вытянутых рук, произнося: «Раздувайся наш шар, раздувайся большой! Оставайся такой, да не лопни!» При словах педагога «Шар лопнул!» дети опускают руки, произнося «Хлоп» и приседают. Также для слабовидящих детей может быть адаптирована игра «Угадай, кто кричит». Цель игры — развить наблюдательность, внимание, активность. Дети сидят полукругом на стульях или на ковре. Перед детьми на расстоянии нескольких шагов ставится ширма. Руководитель называет кого-нибудь по имени, и тот идёт за ширму. Руководитель договаривается с ребёнком, находящимся за ширмой, какое животное или птицу он будет изображать. За ширмой раздаётся мычание коровы, кудахтанье курицы и другие звуки. Руководитель предлагает отгадать, кто кричит. Отгадать животных или птицу может только тот, кто быстрее поднимет руку. 14. Какие методики и подходы используются для коррекции и профилактики зрения у детей? Какие
--	--	---

		упражнения и рекомендации могут способствовать улучшению зрительной функции у детей? Правильный ответ. Некоторые упражнения и рекомендации, которые могут способствовать улучшению зрительной функции у детей: Чередование взглядов вдаль и рассматривания предметов вблизи. Упражнение поможет сохранить остроту зрения. Зажмуривание и широкое раскрытие глаз. Такая тренировка улучшит кровоснабжение и расслабит мышцы глаз. Рисование картинок в воздухе. Ребёнок должен следить за рукой и чертить ею геометрические фигуры, соблюдая максимальную амплитуду. Упражнение способствует улучшению аккомодации и помогает противостоять прогрессирующей близорукости. Пальминг. Помогает снять напряжение и усталость. Для этого нужно накрыть закрытые глаза тёплыми ладонями так, чтобы пальцы были скрещены на лбу, а ладони полностью закрывали глаза, не пропуская свет. Также рекомендуется: Следить за правильностью чтения ребёнка. Положение при этом должно быть анатомически правильным, чтобы мышцы глаз не перенапрягались. Книга или устройство для чтения должно находиться на расстоянии 35–40 см от глаз, должно быть достаточное освещение. Регулярно делать гимнастические упражнения для глаз. Их рекомендуют делать детям при чтении,
--	--	--

		письме, просмотре телевизора или при проведении времени за компьютером каждые 30–45 минут. Соблюдать распорядок дня, сбалансированность режима труда и отдыха, полноценный сон. Правильно питаться. Употребление продуктов, богатых витаминами и минералами, способствует поддержанию глазных структур в здоровом состоянии. 15. Какие формы повышения двигательной активности могут быть эффективны для детей с депривацией зрения? Правильный ответ. Для детей с депривацией зрения могут быть эффективны следующие формы повышения двигательной активности: Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня: игры на свежем воздухе, утренняя гимнастика, прогулки. Занятия адаптивной физической культурой на уроках. Занятия в группах и кружках общей физической подготовки, спортивных секциях. Участие в мероприятиях, посвященных дню здоровья и спорта. Участие в спортивных соревнованиях, хореографических конкурсах и походах. Специальные коррекционные занятия: ритмика, лечебная физкультура. При подборе комплекса упражнений необходимо учитывать офтальмологическую характеристику, особенности вторичного дефекта, возраст и уровень физической подготовленности детей с депривацией зрения.
--	--	--

		16. Какие методики и подходы могут способствовать развитию физических способностей у обучающихся с депривацией зрения? Правильный ответ. Для развития физических способностей у обучающихся с депривацией зрения можно использовать следующие методики и подходы: Подвижные игры. Они способствуют гармоничному физическому развитию и воспитанию различных физических качеств (быстроты, ловкости, силы, точности движений, равновесия и т.д.). Гимнастические упражнения. Они позволяют целенаправленно воздействовать на жизненно важные органы и системы детей и подростков с нарушениями зрения, а также дозировать применяемые нагрузки с учётом характера и степени нарушения зрения, подготовленности занимающихся. Акробатические упражнения. Они развивают силу, быстроту, точность и координационные движения, ориентировку в пространстве, а также чувство равновесия. Для разработки методик адаптивного физического воспитания для детей с нарушениями зрения рекомендуется использовать дополнительные сенсорные раздражители (предметы различной шероховатости, массы и звучания). 17. Какие особенности психологического и педагогического развития у детей с нарушением слуха следует учитывать при организации образовательного
--	--	---

		процесса? Правильный ответ. Некоторые особенности психологического и педагогического развития детей с нарушением слуха, которые следует учитывать при организации образовательного процесса: Недоразвитие познавательных функций. Из-за нарушения слуха у таких детей могут быть проблемы с вниманием, восприятием, памятью и мышлением. Затруднения в овладении устной речью. Устная и письменная речь неслышащих детей аграмматична, в ней много пропусков букв и слов. Бедный словарный запас. Из-за этого теряется интерес к чтению. Ограниченный кругозор. В межличностном общении дети с нарушениями слуха более замкнуты и обидчивы. Основной способ восприятия устной речи — слухозрительный. Для полноценного понимания речи говорящего дети с нарушением слуха должны видеть его лицо, губы и слышать с помощью слухового аппарата. При организации образовательного процесса для таких детей рекомендуется использовать различные средства наглядности, опорные схемы, таблицы, алгоритмы действий. Также важно поощрять даже малейшие успехи в учёбе и положительные поступки, чтобы развивать в детях веру в собственные силы и возможности. 18. Какие подходы и методики помогают эффективно взаимодействовать с детьми с
--	--	--

		нарушением слуха детьми? Правильный ответ. Некоторые подходы и методики, которые помогают эффективно взаимодействовать с детьми с нарушением слуха: Совместное сурдопедагогическое и логопедическое воздействие. Учитель-дефектолог и логопед совместно планируют и отрабатывают на занятиях лексические и грамматические темы, обеспечивая наиболее полное усвоение материала ребёнком. Создание условий для постоянного восприятия речи окружающих. Для этого используют звукоусиливающую аппаратуру. Постоянное мотивированное речевое общение. Важно использовать естественные и специально созданные ситуации, стимулирующие общение детей. Использование устной речи как ведущей. Это помогает при общении с педагогами, слышащими родителями, родственниками и знакомыми. Дифференцированный подход. На начальном этапе обучения используют разноуровневые программы по развитию слухового восприятия и коррекции произношения. Они разработаны с учётом состояния слуховой функции, уровня речевого развития и других особенностей детей. Применение наглядных методов. Использование традиционных и инновационных наглядных средств активизирует мыслительную и речевую деятельность ребёнка с нарушенным слухом, способствует повышению его познавательной активности.
--	--	--

		Использование упражнений. Планомерные и повторяющиеся действия помогают формировать умения и навыки, в том числе по развитию речи. Применение речевой ритмики. Этот приём основан на обучении детей подражанию крупным движениям тела, рук, ног, которые сопровождаются произнесением звуков, слогов, слов, фраз. 19. Приведите примеры педагогических стратегий, способствующих успешной адаптации и обучению детей с нарушением слуха. Правильный ответ. Некоторые педагогические стратегии, способствующие успешной адаптации и обучению детей с нарушением слуха: Индивидуальный подход. 1. Необходимо учитывать сильные и слабые стороны ребёнка, развивать его личность в неповторимости и исключительности. Чередование умственной и практической деятельности. Это поможет предотвратить утомление. Использование средств наглядности. Опорных схем, таблиц, алгоритмов действий, речевых образцов и алгоритмов речевых высказываний. Активация речевого общения. Нужно учить детей слушать речь разных людей с разной манерой и тембром голоса. Организация взаимопомощи. Поощрение даже за малейшие успехи в учёбе и положительные поступки способствует развитию веры в собственные силы и возможности. Создание воображаемых ситуаций. Постановка перед детьми проблемных задач,
--	--	---

		требующих решения в наглядном или образном плане с последующими словесными объяснениями. Использование речевой ритмики. Этот приём помогает работать над произносительной стороной речи. Он основан на обучении детей подражанию крупным движениям тела, рук, ног, которые сопровождаются произнесением звуков, слогов, слов, фраз. 20. Какие анатомические и физиологические особенности характеризуют детей с нарушением слуха? Как эти особенности влияют на восприятие звука и речи, а также на обучение и развитие ребёнка? Правильный ответ. Некоторые анатомические и физиологические особенности детей с нарушением слуха: Восприятие звука и речи. Дети с нарушениями слуха воспринимают речь окружающих тремя способами: слухо-зрительно (когда они видят лицо, губы говорящего и «слышат» его с помощью слуховых аппаратов), на слух (когда ребёнок воспринимает речь, не глядя на собеседника) и зрительно (по артикуляции собеседника). Особенности памяти. Возможно преобладание образной памяти над словесной, меньший объём словесной памяти. Это требует больше времени на запоминание учебного материала, при этом часто преобладает механическое, а не осмысленное запоминание. Особенности мышления. У многих детей с нарушениями слуха в начальной школе особенности мышления выражаются в ведущей роли наглядно-образного мышления
--	--	---

		над словесно-логическим. Особенности двигательной сферы. Для детей с нарушением слуха характерны отставание в психофизическом развитии на 1–3 года от слышащих сверстников, недостаточная двигательная активность, нарушение координации движений и низкий уровень ориентации в пространстве. Эти особенности влияют на обучение и развитие ребёнка: Восприятие звука и речи. Особенности анатомического строения органов артикуляции говорящего (узкие губы, особенности прикуса и др.), маскировка губ (усы, борода, яркая помада и др.) и специфика продуцирования речи (нечёткая, быстрая речь и др.) затрудняют понимание её ребёнком с нарушенным слухом. Обучение. Ребенку с нарушением слуха требуется определённое время для окончания одного учебного действия и перехода к другому. Для получения информации он задействует оба анализатора: и зрительный, и слуховой. Развитие. Нарушение или полная потеря слуха приводят к трудностям в общении с окружающими, замедляют процесс усвоения информации, обедняют опыт детей и не могут не отразиться на формировании их личности. 21. Опишите основные принципы методики коррекции двигательных нарушений у обучающихся с нарушением слуха. Какие индивидуальные особенности следует учитывать при разработке программы коррекции? Правильный ответ. Основные принципы методики
--	--	---

		коррекции двигательных нарушений у обучающихся с нарушением слуха: Дифференцированный подход. Необходимо дифференцировать физическую нагрузку по подбору средств и особенностям их использования. Например, для слабослышащих школьников в основном используется метод расчленённого упражнения, а для неслышащих — метод целостного упражнения. Индивидуальный подход. Планирование занятий и дозирование нагрузок должно проводиться на основе индивидуальных особенностей ребёнка. Чередование специальных коррекционных упражнений с общеразвивающими и профилактическими. Постепенное увеличение нагрузки и стремление к повышению качества выполнения упражнений. Использование устной речи. Включение речевого материала положительно влияет на накопление и осмысление словарного запаса, связанного с формированием и совершенствованием двигательных умений и навыков. Некоторые индивидуальные особенности, которые следует учитывать при разработке программы коррекции: Способы восприятия информации. Слабослышащие школьники воспринимают информацию преимущественно слухо-зрительно, тогда как неслышащие - зрительно, в том числе «считывание с лица». Особенности высшей нервной деятельности. К ним относятся фрагментарность и замедленность слухового
--	--	---

		восприятия, искажённость и несформированность словесных представлений, гиперактивность и нарушения формирования личности, связанные с сенсорной звуковой депривацией. 22. Какие компенсаторные механизмы используют глухие дети для развития своих способностей? Правильный ответ. Некоторые компенсаторные механизмы, которые используют глухие дети для развития своих способностей: Зрительное восприятие. Ребёнок различает элементы устной речи по видимым движениям речевых органов (чтение по губам). Тактильно-вибрационное восприятие. Посредством него можно различить некоторые признаки, характеризующие тот или иной объект. Например, ученик, прикасаясь рукой к гортани, темени или грудной клетке учителя, ощущает вибрации, возникающие при произнесении звука, и, контролируя второй рукой вибрации своей гортани, темени или грудной клетки, воспроизводит такой же звук или слово. Развитие периферического зрения. Это позволяет видеть всё, что происходит вокруг, что повышает осведомлённость и понимание окружающего мира. Использование звукоусиливающей аппаратуры. Например, слуховых протезов, которые усиливают звук. 23. Какие особенности психологического и педагогического развития характерны для обучающихся с умственной отсталостью?
--	--	---

		Правильный ответ. Некоторые особенности психологического и педагогического развития обучающихся с умственной отсталостью: Недоразвитие речи. Отмечается системное недоразвитие всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической и синтаксической. Слабая моторика. Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. Нарушение эмоциональной сферы. Эмоции отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Слабость собственных намерений и побуждений, большая внушаемость. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий. Недоразвитие мотивационной сферы, слабость побуждений, недостаточность инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности. Примитивность интересов, потребностей и мотивов. Это затрудняет формирование социально зрелых отношений со сверстниками и взрослыми. Недостаточное понимание требований взрослых. Дети подчиняются требованиям педагога, но норма ими не осознана, поэтому снижение внешнего контроля за поведением приводит к его нарушениям. 24. Какие подходы и методики помогают эффективно взаимодействовать с такими обучающимися?
--	--	--

		Правильный ответ. Некоторые подходы и методики, которые помогают эффективно взаимодействовать с обучающимися: Создание ситуации успеха. Для этого можно использовать похвалу, авансирование (предварительное предупреждение о контрольной работе), эмоциональное поглаживание (комплименты). Индивидуализация и дифференциация заданий. Важно обеспечить возможность выбора заданий и учесть способности обучающихся. Групповые формы обучения. Например, взаимообучение и взаимоконтроль. Проблемное обучение. Учит ставить вопросы и искать на них ответы. Проектная деятельность. Метод даёт простор для творческой инициативы школьников и педагога, подразумевает их сотрудничество, что создаёт положительную мотивацию к учёбе. Использование информационных технологий. ИКТ помогают учащимся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира, овладеть практическими способами работы с информацией. 25. Какие особенности следует учитывать при разработке методики адаптивной физической культуры для обучающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии? Правильный ответ. Некоторые особенности, которые следует учитывать при разработке методики адаптивной физической культуры для обучающихся с
--	--	---

		отклонениями в интеллектуальном развитии: Индивидуальные особенности каждого ребёнка. Нужно учитывать физические, психические и личностные аспекты, степень умственных и моторно-двигательных нарушений. Постепенное усложнение упражнений. На первых занятиях количество повторений должно находиться в пределах 6–7, постепенно увеличивая их число до 10–12. Стимуляция словесной регуляции и наглядно-образного мышления. При выполнении физических упражнений нужно активизировать и стимулировать словесную регуляцию и вербализацию. Ориентировка на сохранные функции, сенситивные периоды развития и потенциальные возможности ребёнка. Преимущество игрового метода. В непринуждённой обстановке ребёнку легче воспринять новый материал и наладить контакт с окружающими. Использование специальных педагогических приёмов для развития интеллектуальной деятельности. Например, обучение названию движений и исходных положений, предложение запоминать комбинации упражнений, различение движений по темпу, объёму, плавности. 26. Какие методы и подходы способствуют эффективному развитию физических навыков у обучающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии? Правильный ответ. Некоторые методы и подходы, способствующие эффективному
--	--	--

		развитию физических навыков у обучающихся с отклонениями в интеллектуальном развитии: Индивидуальный и дифференцированный подход. Необходимо подбирать упражнения, соответствующие возрасту, развитию и наличию сопутствующих заболеваний ученика. Постепенное повышение нагрузки в ходе урока и переход к успокоительным упражнениям и релаксации в конце урока. Постоянное чередование различных видов упражнений и заданий и осознанное их выполнение. Систематическая помощь педагога и многократное повторение упражнений, которое должно предваряться инструкцией и чётким показом для усвоения алгоритма выполнения упражнений. Использование специальных педагогических приёмов для активизации интеллектуальной деятельности: поощрение проговаривания названия движений, стимулирование запоминания комбинаций движений, различающихся по параметрам усилий, темпа, объёма, слитности. Применение упражнений, требующих чёткой дозировки силовых, временных и пространственных компонентов движений. Например, метание в цель, подбрасывание мяча, прыжки на точность приземления, упражнения в равновесии. Использование игровых технологий. Участие в подвижных и спортивных играх способствует активизации всех систем организма, моторной коррекции и формированию ряда необходимых
--	--	---

		двигательных компенсаций. Организация внеклассной работы (спортивные праздники, «Весёлые старты», соревнования различного уровня). Это позволяет развить спортивные способности детей с учётом их индивидуальных особенностей. 27. Какие основные нарушения часто встречаются у обучающихся с умственной отсталостью? Правильный ответ. У обучающихся с умственной отсталостью могут встречаться следующие нарушения: Недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности. Это обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. Недоразвитие словесно-логического мышления. Это выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Недостатки памяти. Проявляются в трудностях получения и сохранения информации, а также ее воспроизведения. Нарушения произвольного внимания. Связаны с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей. Системное недоразвитие речи. Связано с нарушением абстрактно-логического мышления. Слабость собственных намерений и побуждений, большая внушаемость. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий.
--	--	---

		28. Какие коррекционно-развивающие подвижные игры могут быть использованы для развития обучающихся с умственной отсталостью? Какие цели и задачи ставят перед собой такие игры? Правильный ответ. Некоторые коррекционно-развивающие подвижные игры, которые могут быть использованы для развития обучающихся с умственной отсталостью: «Повтори, не ошибись». Цель — развитие внимания, быстроты реакции, накопление количества и уточнение смысла слов, обозначающих действие. «Что пропало». Цель — активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти. «Узнай друга». Цель — развитие тактильных ощущений, слухового внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве. «Пятнашки мячом». Цель — развитие ловкости, умения ориентироваться в пространстве, точности и быстроты движений. «Круговая лапта». Цель — развитие ловкости, чувства дистанции, точности и быстроты движений. «Ногой по мячу». Цель — развитие равновесия и точности движений, ощущения пространства при отсутствии зрительного контроля. «Шишки, желуди, орехи». Цель — развитие внимания, быстроты реакции, точности движений. «Рыбы, птицы, звери». Цель — развитие быстроты реакции, внимания, обогащение словарного запаса.
--	--	---

		Цели и задачи таких игр включают коррекцию двигательных нарушений, физических качеств, координационных способностей, укрепление и оздоровление всего организма в целом, а также стимуляцию познавательной деятельности, активизацию психических процессов, творчества и фантазии ребёнка. 29. Какие методы адаптивного спорта способствуют социализации детей с нарушением интеллекта? Правильный ответ. Некоторые методы адаптивного спорта, способствующие социализации детей с нарушением интеллекта: Спортивные соревнования. В процессе них дети могут сравнить свои результаты с успехами других людей, что стимулирует раскрытие резервных сил и возможностей — как физических, так и личностных. Командные виды спорта. В таких занятиях важно решать межличностные конфликты в группе, поддерживать благоприятную коммуникацию: давать упражнения на развитие командного духа, на умение сотрудничать, помогать друг другу. Игровые упражнения. Они создают благоприятные условия для совершенствования основных движений и способствуют умственному развитию детей. Обучение новым видам движений. Освоение разнообразных движений может благоприятно повлиять на развитие внимания, памяти, мышления. Занятия фигурным катанием.
--	--	---

		Они способствуют развитию коммуникативных навыков, улучшению концентрации внимания, помогают повысить мышечный тонус, снизить тревожность, повысить дисциплину, а также развить координацию движений и другие физические качества. 30. Какие принципы и подходы используются в специальном олимпийском движении для интеграции детей с нарушением интеллекта? Правильный ответ. Некоторые принципы и подходы, которые используются в специальном олимпийском движении для интеграции детей с нарушениями интеллекта: Адаптация. Соревнования проводятся с целью адаптации людей с нарушениями интеллектуального развития. Отсутствие цели выявить сильнейшего и зафиксировать спортивные рекорды. Все участники делятся на дивизионы в зависимости от их спортивной подготовки. Концентрация внимания на спортсменах. Вне зависимости от занятого места любое выступление является личной победой. Отсутствие фиксации национальной принадлежности участников. Также на специальных олимпиадах нет «командных зачётов» между различными странами. Отбор на соревнования более высокого уровня. На это отбираются трое спортсменов, занявших высшие три места в каждом дивизионе, а также частично прочие участники путём жеребьёвки. В результате на Всемирную Специальную олимпиаду имеет шанс попасть
--	--	---

		каждый — вне зависимости от спортивных достижений. 31. Какие основные направления коррекции двигательных и психических нарушений у детей с детским церебральным параличом вы знаете? Правильный ответ. Некоторые основные направления коррекции двигательных и психических нарушений у детей с детским церебральным параличом (ДЦП): В младенческом возрасте: развитие эмоционального общения со взрослым, нормализация тонуса мышц и моторики артикуляционного аппарата, стимуляция голосовых реакций, звуковой и речевой активности. В раннем возрасте: формирование предметной деятельности, наглядно-действенного мышления, произвольного, устойчивого внимания, речевого и предметно-действенного общения с окружающими. В дошкольном возрасте: развитие игровой деятельности, речевого общения с окружающими, расширение запаса знаний и представлений об окружающем, развитие сенсорных функций, формирование пространственных и временных представлений, развитие внимания, памяти, мышления, формирование математических представлений, развитие ручной умелости и подготовка руки к овладению письмом, воспитание навыков самообслуживания и гигиены. Для коррекции двигательных нарушений ведущую роль играют лечебная физкультура
--	--	--

		(ЛФК) и массаж. Для каждого ребёнка подбирается индивидуальный комплекс в зависимости от формы заболевания и возраста. Для коррекции психических нарушений значительное место отводится логопедической работе, её основная цель — развитие вербальных средств общения, совершенствование произносительной стороны речи, её разборчивости. 32. Какие адаптивные физические упражнения рекомендуются для детей с детским церебральным параличом? Какие особенности следует учитывать при проведении таких занятий? Правильный ответ. Для детей с детским церебральным параличом рекомендуются следующие адаптивные физические упражнения: Малоподвижные игры для тренировки внимания и координации. Подвижные игры для развития двигательных навыков. Гимнастические упражнения для развития мышечной силы, подвижности в суставах и координации движений. При проведении занятий следует учитывать следующие особенности: Развитие происходит последовательно в соответствии с возрастными нормами. Необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребёнка. Занятия должны проводиться курсами. Необходимо поощрять ребёнка за успехи. Занятия должны проводиться с учётом согласованности активной работы и отдыха.
--	--	---

		33. Как можно оценить эффективность адаптивных физических упражнений при лечении детей с ДЦП? Правильный ответ. Для оценки эффективности адаптивных физических упражнений при лечении детей с ДЦП можно использовать следующие методы: Текущая оценка внешних признаков утомления занимающихся. Также можно оценить функциональное состояние организма детей по физиологической кривой. Хронометрирование с оценкой плотности проведённого занятия. Оценка производится врачом совместно с педагогом. Специфические методы, отслеживающие антропометрические, функциональные и физиометрические показатели. В частности, в динамике оценивают состояние мышц (силу, тонус, амплитуду движений в суставах), состояние позвоночника, стоп, двигательные умения и навыки, навыки самообслуживания, бытовые и профессиональные умения. Определение уровня физического развития и физической подготовленности. Для этого используют категории «высокий», «средний» и «низкий». При оценке успехов ребёнка учитывают его двигательные возможности и характер дефекта. Оценка состояния опорно-двигательного аппарата должна проводиться совместно с оценкой деятельности ребёнка педагогом, психологом, логопедом.
--	--	---

		34. Какие критерии и методы оценки используются для определения успеха реабилитации? Правильный ответ. Для определения успеха реабилитации используются следующие критерии и показатели: Полнота выполнения мероприятий, указанных в индивидуальной программе реабилитации (ИПР). Изменение степени выраженности различных категорий ограничений жизнедеятельности. Динамика проявлений социальной недостаточности в различных категориях. Динамика группы инвалидности при переосвидетельствовании. Результаты реализации отдельных частей ИПР. Степень соответствия достигнутых результатов реабилитационному потенциалу инвалида. Для более точного учёта любого нюанса в изменении клинического, трудового или социального статуса используется пятиступенчатая шкала оценки конечного результата. 35. Каковы характеристики патологии поражения спинного мозга у детей? Правильный ответ. Некоторые характеристики патологий поражения спинного мозга у детей: Синдром SCIWORA. Возникает при травмах спины в результате ДТП, несчастного случая, бытового происшествия, занятия спортом. Проявляется уменьшением мышечной силы и расстройствами чувствительности в разных
--	--	---

		зонах тела, которые определяются локализацией патологического очага. При тяжёлой форме развиваются параличи. Повреждение на уровне верхних шейных сегментов чревато параличами дыхательной мускулатуры и нарушением вентиляции лёгких. Поражение в нижних отделах спинного мозга вызывает дисфункцию тазовых органов: непроизвольное мочеиспускание, дефекацию. Синдром фиксированного спинного мозга (СФСМ). Как правило, патология передаётся по наследству ввиду внутриутробных нарушений позвоночника. При прогрессировании недуга нарушается работа спинного мозга, происходит его фиксация в каудальном участке позвоночного столба. Симптомы: косолапость, боль в конечностях и быстрая усталость, деформация костной ткани ступней совместно со сколиозом. Spina bifida. Врождённый порок развития позвоночника и спинного мозга, при котором дуги одного или нескольких позвонков не срослись. В сформированный дефект могут выпячиваться сам спинной мозг или различные структуры спинного мозга и его оболочки. Уровень поражения определяет количество вовлечённых мышечных групп нижних конечностей и степень двигательных нарушений локомоторного аппарата. 36. Какие методы двигательной реабилитации рекомендуются для обучающихся с патологией спинного мозга? Правильный ответ.
--	--	---

		Для обучающихся с патологией спинного мозга рекомендуются следующие методы двигательной реабилитации: Кинезиотерапия. Физическая нагрузка пациента в объёме его функциональных возможностей с использованием веса собственного тела, отягощений и тренажёров. Предупреждение и лечение мышечных атрофий, контрактур и деформаций. Пассивные движения, активное расслабление спастических мышц и стимуляция их антагонистов, противосодружественные упражнения, импульсивно-фантомная гимнастика, лечение положением, ортопедическая гимнастика. Восстановление и компенсация координации движений. Вестибулярная гимнастика, упражнения на точность и меткость движений, обучение тонкой дифференцировке и дозировке усилий, скоростей, амплитуд, сочетание движений в нескольких суставах, упражнения на равновесие в различных исходных положениях. Выработка навыков самообслуживания и передвижения. Занятия у специального стенда бытовых приборов, обучение статике, ходьбе, ходьбе с преодолением препятствий, овладение ортопедическими и протезными изделиями. Профилактика дыхательных нарушений. Дыхательная гимнастика может включать диафрагмальное дыхание, форсированные вдох и выдох, дыхание с упором на руки для стабилизации грудной клетки. Выбор методов реабилитации зависит от диагноза и
--	--	---

		самочувствия пациента, поэтому рекомендуется обратиться к специалисту. 37. Какие принципы и подходы могут быть эффективными при работе с обучающимися с патологией спинного мозга? Правильный ответ. Некоторые принципы и подходы, которые могут быть эффективными при работе с обучающимися с патологией спинного мозга: Принцип единства диагностики и коррекции. Коррекционная работа строится на основе комплексного диагностического обследования и контроля динамики изменений личности, поведения и деятельности, эмоциональных состояний обучающегося. Деятельностный принцип. Тактика работы определяется через активизацию деятельности каждого обучающегося. Принцип учёта индивидуальных особенностей. Дифференцируются требования к движениям исходя из способностей учащегося. Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач. Принцип вариативности. Предполагает возможность различных подходов к отбору содержания и технологий обучения с учётом особых образовательных потребностей обучающихся. Принцип непрерывности получения образования. Обучающийся готовится к интеграции в систему непрерывного образования, обеспечивается преемственность знаний.
--	--	--

		Принцип инклюзивности. Направлен на продуктивное включение каждого обучающегося в образовательный процесс вне зависимости от его ограничений и стартовых возможностей. Также при работе с обучающимися с патологией спинного мозга важно использовать методы адаптивной физической культуры, которые направлены на расширение двигательной активности, приобщение к доступной спортивной деятельности, интересный досуг, развитие собственной активности и творчества, формирование здорового образа жизни. 38. Какие методы тренировки спинальной локомоторной активности применяются при реабилитации детей с патологией спинного мозга? Правильный ответ. Эргоспирометрическое исследование. Позволяет определить время начала реабилитационных мероприятий, безопасный адаптивный коридор, выявить индивидуальные пределы физической нагрузки и оценить эффективность программы. 1 Интервальный метод. На занятиях чередуют работу и отдых, постепенно увеличивая интенсивность активной фазы. Пассивная вертикализация на поворотном столе. 13 Проводится в течение 20–30 минут 2 раза в день утром и вечером. Стимуляция подошвенной зоны стоп. Для этого используют имитатор опорной нагрузки «Корвит» в течение 15–20 минут ежедневно.
--	--	--

		Тренировка с помощью прикроватного тренажёра с электродвигателем. Проводится по 30 минут 2 раза в день утром и вечером. Сенсомоторная стимуляция на роботизированных комплексах с биологической обратной связью. Проводится по 30 минут 2 раза в день утром и вечером. Гидрокинезотерапия. Это гимнастические упражнения в воде, которые могут включать гимнастику для отдельных конечностей и их сегментов в ванне, а также гимнастику и обучение ходьбе в бассейне. 39. Каковы этапы двигательной реабилитации детей с патологией спинного мозга? Правильный ответ. Этапы двигательной реабилитации детей с патологией спинного мозга включают: Периоперационный период. Реабилитационные мероприятия сводятся к уходу и профилактике вторичных смещений в позвоночном канале. После хирургического лечения обеспечиваются повседневные потребности пациентов: уход за кожей и слизистыми оболочками, санация полости рта, протекция функции дыхания, контроль состояния функций тазовых органов. Период адаптации к двигательному дефициту. После перевода ребёнка в нейрохирургическое отделение реабилитационная программа дополняется мероприятиями, направленными на улучшение трофической функции в зоне повреждения, стимуляцию проприоцептивной рецепции, укрепление и тренировку
--	--	--

		силовой выносливости мышц туловища и вертикальной устойчивости. Период двигательного переобучения. Включает восстановление естественных движений и формирование компенсаторных двигательных действий, адаптацию к новым физическим возможностям, обучение родителей ЛФК в домашних условиях. При составлении индивидуальной двигательной программы приоритетной задачей является определение реабилитационных возможностей ребёнка и его готовности выполнять предложенную нагрузку. Обязательные условия ранней двигательной реабилитации: дозированность усилий, недопустимость утомления и перетренированности, постепенное увеличение нагрузок. 40. Какие основные цели и методы достижения реабилитационных результатов применяются на различных этапах лечения детей с патологией спинного мозга? Правильный ответ. Основные цели реабилитации детей с патологией спинного мозга: - профилактика вторичных осложнений гипостатического положения; - обучение родителей методам ухода и профилактики; - подбор ортопедической коррекции и технических средств реабилитации; - коррекция нутритивного статуса; - компенсация функции мочевого пузыря и предупреждение вторичных осложнений со стороны мочевыводящих путей;
--	--	---

		восстановление естественных движений и формирование компенсаторных двигательных действий; коррекция психоэмоциональных посттравматических нарушений, выстраивание внутренней картины болезни и психологическое сопровождение семьи пациента; адаптация к новым физическим возможностям. Методы достижения реабилитационных результатов: Лечебная физическая культура (ЛФК). Ротационно-позиционный режим с коррекцией положения тела, массаж, дыхательная гимнастика, пассивная суставная гимнастика. Физиотерапия. Направлена на улучшение микроциркуляции и трофики в повреждённой области, уменьшение боли и отёчности тканей, снижение мышечного тонуса, профилактику тромбоза, рассасывание гематом. Эрготерапия. Эрготерапевт при помощи особых приспособлений и методик заново обучает ребёнка действиям, которые в дальнейшем позволяют минимизировать зависимость от окружающих и вернуться к привычному образу жизни. 41. Какие основные принципы и методики АФК применяются при врождённых аномалиях развития? Правильный ответ. Основные принципы адаптивной физической культуры (АФК), применяемые при врождённых аномалиях развития: Принцип диагностирования. Предполагает учёт основного
--	--	--

		дефекта, его структуры, времени поражения, медицинского прогноза, показаний и противопоказаний к занятиям физическими упражнениями, а также сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений. Принцип дифференциации и индивидуализации. Дифференцированный подход означает объединение детей в относительно однородные группы. Индивидуальный подход предполагает учёт особенностей каждого человека: пола, возраста, телосложения, двигательного опыта, свойств характера, темперамента, волевых качеств, состояния сохранных функций. Принцип коррекционно-развивающей направленности. Педагогические воздействия направлены на преодоление и ослабление физических и психических недостатков детей аномального развития, активное развитие их психических процессов, физических способностей, нравственных качеств. Принцип компенсаторной направленности. Заключается в возмещении недоразвитых, нарушенных или утраченных функций за счёт перестройки или усиленного использования сохранных функций и формирования обходных путей. Принцип учёта возрастных особенностей. Каждый конкретный возраст в физическом и психическом развитии уникально неповторим: он содержит как ведущие «точки роста», определяющие развитие в целом, так и факторы, лимитирующие его. Принцип адекватности, оптимальности и вариативности
--	--	---

		педагогических воздействий. Эти принципы означают, что выбор средств, методов, методических приёмов должен соответствовать состоянию занимающихся. Некоторые методики АФК, применяемые при врождённых аномалиях развития: Пропедевтическая работа. Её основой являются упражнения, подготавливающие детей к основным видам двигательной активности. Пропедевтические занятия эффективны в преодолении двигательных пространственных нарушений, так как создают условия для усвоения целостного двигательного акта и помогают поэтапно овладеть элементами техники движений. Игровой метод. Применяется для комплексного развития физических качеств, координационных способностей, эмоционально-волевой и психической сферы детей с ограниченными возможностями здоровья. 42. Какие адаптивные упражнения рекомендуются для пациентов после ампутации конечностей с целью восстановления функциональной активности? Правильный ответ. Для подбора индивидуального комплекса упражнений для восстановления функциональной активности после ампутации конечностей рекомендуется обратиться к врачу. Некоторые адаптивные упражнения, которые могут быть рекомендованы: Поднятие таза вверх. Пациент лежит на спине, согнув колени и опираясь на здоровую стопу. Он поднимает таз вверх,
--	--	---

		стараясь держать второе бедро параллельно первому. В таком положении он остаётся 3 секунды, затем возвращается в исходную позицию. «Велосипед». Лёжа на спине, пациент поднимает ноги и имитирует езду на велосипеде каждой ногой по очереди. На одну конечность должно прийти до 10 движений. Боковая нагрузка на бёдра. Пациент обматывает бёдра резиновым жгутом и, лёжа на спине, пытается раздвинуть их в стороны. Позицию нужно сохранять 3 секунды, затем можно расслабиться. Упражнение повторяется до 10 раз. Диагональные движения. У пациента руки вытянуты вперёд. Он должен поднять левую руку и правую ногу в одно время, затем опустить их на пол. Эти же движения выполняются для другой руки и ноги. На каждую пару конечностей должно прийти 4 упражнения. Разведение бёдер. Пациент лежит на животе с руками под головой (согнуты в локтях). Он поднимает одну ногу, отводит её в сторону и опускает на пол. После этого он снова поднимает ту же конечность и возвращает её в начальное положение. Затем то же самое проделывается со второй ногой. Таких движений должно быть до 6 на каждую конечность. «Ножницы». Пациент лежит в том же положении, что и в предыдущем упражнении. Он по очереди поднимает вверх нижние конечности и совершает ими горизонтальные и вертикальные движения по типу ножниц. В положении стоя с опорой отведение культи назад до
--	--	---

		упора 10 раз, после небольшого отдыха повторить. Комплекс упражнений разрабатывается индивидуально, с учётом уровня ампутации, общего состояния здоровья, возраста, веса пациента. 43. Какие анатомические структуры органов речи участвуют в процессе формирования звуков и слов? Правильный ответ. В процессе формирования звуков и слов участвуют следующие анатомические структуры органов речи: Активные звукообразующие органы: голосовые складки, язык, губы, мягкое небо, маленький язычок, нижняя челюсть. Пассивные звукообразующие органы: зубы, твердое небо, задняя стенка зева, верхняя челюсть. Все эти органы называются артикуляционным аппаратом. 44. Какие основные методики используются для коррекции двигательных навыков у детей с нарушениями развития? Правильный ответ. Некоторые основные методики, которые используются для коррекции двигательных навыков у детей с нарушениями развития: Логопедическая ритмика. Основана на использовании слова, музыки и движения в реабилитационных целях. Занятия укрепляют мышечный аппарат, развивают дыхание, моторные функции, воспитывают правильную осанку. Лечебная физкультура (ЛФК). Для каждого ребёнка подбирается индивидуальный
--	--	---

		комплекс упражнений в зависимости от формы заболевания и возраста. Занятия направлены на выведение организма из патологического состояния, повышение его функциональных возможностей путём восстановления, коррекции и компенсации дефектов. Ритмическая гимнастика. В её основу входят средства различных видов гимнастики, танцевальных направлений и общеразвивающих упражнений. Процесс освоения направлен на изучение новых двигательных действий, наработку и совершенствование базы движений. Игровой метод. Придаёт учебному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка. 45. Каким образом интеграция спортивных занятий и игровых методик способствует развитию двигательных и психических навыков у детей с особыми потребностями? Правильный ответ. Интеграция спортивных занятий и игровых методик способствует развитию двигательных и психических навыков у детей с особыми потребностями следующим образом: Физические упражнения укрепляют и развивают опорно-двигательный аппарат, стимулируют рост костей, укрепляют суставы и связки, повышают силу, тонус и эластичность мышц. Также они
--	--	--

		улучшают крово- и лимфообращение, обмен веществ. Подвижные игры оказывают положительное влияние на нервную, сердечно-сосудистую, дыхательную, мышечную и другие системы организма. Быстрая смена игровых ситуаций предъявляет повышенные требования к подвижности нервных процессов, скорости реакции и нестандартности действий. Целенаправленные двигательные действия в форме игровых композиций, эстафет, ролевых и имитационных подвижных игр, выполняемых под стихи, загадки, скороговорки, с решением простейших математических задач, облегчают усвоение счёта, понятий о количестве, форме, величине, направлении, амплитуде. Также они активизируют речевую деятельность, правильное звукопроизношение, обогащают словарный запас, развивают память, внимание, моторику мелких мышц рук. 46. Какие комплексы упражнений и игровые методики используются для развития двигательных навыков у детей с нарушениями речи? Правильный ответ. Некоторые комплексы упражнений и игровые методики, которые используются для развития двигательных навыков у детей с нарушениями речи: Упражнения на равновесие. Например, удержание позы без зрительной опоры по словесной инструкции или на балансировочной подушке, доске. Упражнения для развития силы
--	--	--

		пальцев. Например, самомассаж пальцев рук с использованием предметов (массажный коврик, массажные мячики, бельевые прищепки и др.). Также можно выполнять упражнения с эспандером. Упражнения для коррекции динамической координации. Например, марширование со звуковым и без звукового сопровождения, выполнение цепочек из 3–6 движений по показу и по словесной инструкции, чередование движений (топни левой ногой, хлопни в ладоши и т. п.). Упражнения для формирования точности движения и скорости переключения с одного движения на другое. Например, «Кулак — ладонь», «Пальчики здороваются», «Ножки», «Пальцеход», упражнения со счётными палочками. Упражнения с мячом с сопровождением речи. Например, «Фокусник» (отбивание мяча и проговаривание слов, словосочетаний), «Раздели слово» (стукнуть мячом столько раз, сколько в слове слогов). Кинезиологические упражнения. Например, «Оладушки», «Пальчики здороваются», «Кулак — ребро — ладонь», «Дружные пальчики». Также для развития двигательных навыков у детей с нарушениями речи используются подвижные игры. Они помогают развивать умение ориентироваться в пространстве, изменять темп движений, ритмично двигаться, воспитывать ловкость движений. 47. Каким образом индивидуализация программ
--	--	--

		развития помогает детям с нарушением речи развивать как двигательные, так и психические навыки? Правильный ответ. Индивидуализация программ развития помогает детям с нарушением речи развивать как двигательные, так и психические навыки следующим образом: Для развития двигательных навыков используются специальные упражнения и общепринятые способы физического воспитания. Они помогают корректировать несогласованность движений рук и ног, нарушение ритмической структуры, отсутствие плавности и чёткости. Например, в занятия включают зрительную гимнастику, смену статических и динамических поз, голосовые и дыхательные упражнения, подвижные игры, упражнения для коррекции общей и мелкой моторики. Для развития психических навыков используются разные виды игр на логопедических занятиях. Они помогают преодолевать речевые нарушения и развивать познавательные психические процессы (восприятие, внимание, память, мышление, воображение). Например, в ходе индивидуальных занятий у ребёнка воспитывается умение слушать, слышать и оценивать речь не только окружающих, но и собственную. 48. Какие адаптивные стратегии и методы общения помогают создать поддерживающую среду для развития детей с ограниченными возможностями в семье? Правильный ответ.
--	--	---

		Некоторые адаптивные стратегии и методы общения, которые помогают создать поддерживающую среду для развития детей с ограниченными возможностями в семье: Доверительные отношения. Они позволяют ребёнку без страха проявлять свои эмоции и чувства, что является основой развития личности. Поддерживающая коммуникация. Это общение, сосредоточенное на сохранении позитивных отношений между родителем и ребёнком, которое позволяет совместно решать трудные задачи и укрепляет отношения. Поддерживающая коммуникация подразумевает ориентацию на проблему, а не ребёнка, использование больше одобрений, чем критики, а также умение слушать и слышать своего ребёнка. Организация среды, способствующей игре. Для этого нужно иметь игрушки и предметы, которые вызывают интерес у ребёнка, предоставлять ему возможность выбирать деятельность во время занятия, а также создавать дружелюбную обстановку, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно и безопасно. Предоставление выбора. Возможность сделать выбор снижает уровень протестного нежелательного поведения и даёт возможность ребёнку контролировать среду на доступном ему уровне. 49. Каким образом семейное воспитание способствует социализации и самостоятельности детей с ограниченными возможностями? Правильный ответ.
--	--	--

		Семейное воспитание способствует социализации и самостоятельности детей с ограниченными возможностями следующим образом: Правильный распорядок дня. Строгое соблюдение режима питания и сна, чередование занятий с отдыхом и прогулками создаёт условия, при которых у ребёнка нет оснований для капризов. Постепенно он учится сдерживать и регулировать своё поведение. Организация систематических занятий. Целенаправленные занятия по развитию речи, формированию навыков самообслуживания и двигательных навыков и умений помогают ребёнку расширить кругозор, обогатить память, сформировать наблюдательность и любознательность. Активное включение ребёнка в повседневную жизнь семьи. Несмотря на двигательные и речевые нарушения, ребёнок должен принимать посильное участие в домашних делах и заботах. Такое распределение обязанностей способствует сглаживанию у ребёнка ощущения ущербности и развитию положительных сторон его личности. 4 Формирование активности. Ребёнок должен выполнять в доме посильную работу, например, самостоятельно есть, одеваться, иметь определённые обязанности, выполнение которых значимо для окружающих. В результате у него появляется интерес к труду, чувство радости, что он может быть полезен старшим, уверенность в своих силах. 50. Какие методы мотивации
--	--	--

		эффективны при работе с обучающимися, испытывающими трудности в физической активности, и какие стратегии помогают им преодолевать барьеры? Правильный ответ. Некоторые методы мотивации, которые эффективны при работе с обучающимися, испытывающими трудности в физической активности: Создание ситуаций успеха. Это можно делать путём поощрения промежуточных действий учеников и подбадривания их на новые попытки. Разнообразие содержания и последовательности упражнений. Это поможет обучающимся испытать себя в разных положениях и сохранить интерес к занятиям. Вовлечение обучающихся в принятие решений. Когда они чувствуют себя активными участниками учебного процесса, они становятся более мотивированными и ответственными. Определение реальной цели. Преподаватели должны помочь обучающимся поставить цели, которые будут направлять их действия и мотивировать их достигать успеха. Стратегии, которые помогают преодолевать барьеры: Моральная поддержка и вера в обучающегося со стороны педагога. Это может способствовать положительным результатам. Объяснение, к какому результату должно привести правильное выполнение упражнения. Также можно демонстрировать правильную технику на своём примере. Обеспечение страховки и благоприятных окружающих условий. Это поможет снизить
--	--	--

		страх перед изучением новых упражнений. 2 Каждый человек реагирует по-разному на методы мотивации, поэтому педагоги должны быть гибкими и адаптировать свой подход к индивидуальным потребностям и предпочтениям каждого обучающегося.
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

2 курс 1 модуль 3 семестр

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их	1. Основные этапы исторического развития легкой атлетики. 2. Место легкой атлетики в системе физической культуры. 3. Классификация видов легкой атлетики. 4. Техника бега на короткие дистанции. Значение старта, стартового разгона, бега по дистанции и финиширования. 5. Техника прыжка в длину «согнув

	физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания: - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи,	ноги». Значение разбега, отталкивания, полетной фазы и приземления. 6. Техника прыжка в высоту «перешагиванием». Значение разбега, отталкивания и полетной фазы. 7. Техника метания мяча и гранаты. Значение разбега, предбросковых шагов и финального усилия. 8. Техника эстафетного бега 4х100м. Последовательность обучения. Основные правила соревнования. 9. Техника челночного бега. Применение челночного бега на уроках в школе. 10. Организация и содержание уроков по легкой атлетике в школе. 11. Организация урока по обучению техники бега. 12. Организация урока по обучению техники прыжка в длину с разбега. 13. Организация урока по обучению техники высокого и низкого страта. 14. Организация урока по обучению прыжку в высоту способом «перешагивание». 15. Организация урока по обучению метанию мяча (гранаты). Организация метания в цель и на дальность. Обеспечение безопасности. 16. Тесты, выявляющие уровень развития быстроты и быстрой силы. Их значение в спортивной и школьной практике. Методика проведения. 17. Тесты, выявляющие уровень развития общей выносливости, скоростной выносливости. Методика проведения. 18. Упражнения для подготовки прыгунов в длину и высоту. Развитие прыгучести. 19. Упражнения для подготовки метателей гранаты. Их связь с техникой броска. 20. Развитие общей выносливости на занятиях в школе. Обучение равномерному темпу бега. Пульсовой контроль.
--	---	--

	функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при	
--	--	--

	проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа.	
--	---	--

	Навыки и/или опыт деятельности: - анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, - обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.

	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 9.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально- психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно- спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно- спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно- спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно- спортивных мероприятий и занятий;	Выберите правильный ответ: 1. Официальной датой зарождения легкой атлетики в России считается: а) 1888 год б) 1896 год в) 1898 год. 2. Определяющим звеном техники в метаниях является: а) торможение после финального усилия б) разбег в) финальное усилие. 3. Сколько судей-хронометристов фиксируют время участника, пришедшего к финишу первым: а) три хронометриста б) два судьи в) один судья (старший судья-хронометрист) 4. Технику барьерного бега можно условно разделить на: а) Старт / стартовый разгон / преодоление первого барьера / бег по дистанции / финиш б) Старт и стартовый разгон с преодолением первого барьера / бег по дистанции / финиш в) Старт / стартовый разгон / бег между барьерами / бег по дистанции / финиш. 5. В беге на 100 м с/б расстояние между барьерами составляет: а) 9.14 м б) 8.50 м в) 9.50 м 6. Как бегут по дорожке бегуны на этапах в эстафете 4х100 метров? а) все по центру дорожки. б) все по правому краю дорожки. в) все по левому краю дорожки.

	- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания: - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной	7. При ручном хронометраже результат в итоговом протоколе фиксируется: а) $56.55 = 56,5$ б) $56.55 = 56,6$ в) $56.55 = 56,0$ 8. Какие способы финиширования являются правильными? а) бросок грудью, заход левым - правым боком, пробеганием. б) прыжком с дальнейшим приземлением на две ноги. в) резким скачком, с отведением рук и головы назад. 9. Назовите особенности бега по повороту? а) туловище прямое, руки работают интенсивно б) небольшой наклон туловища вперед, руки работают в ритм шагов. в) наклон туловища влево-внутри, работа правой руки больше направлена внутрь, а левой – несколько наружу. 10. После, какого количества нарушений на старте (фальстартов) бегун лишается права участия в соревнованиях? а) После первого фальстарта. б) После второго фальстарта. в) После третьего фальстарта. 11. Во время бега на 100 м участник, бегущий последним, перешёл со своей дорожки на другую и финишировал по ней. Какое решение примут судьи? а) Дисквалифицируют участника. б) Засчитывают показанный участником результат. в) Заставят участника пробежать ещё раз дистанцию. 12. Во время проведения эстафеты 4х100 м участник одной из команд для того, чтобы, набрать высокую скорость, начал разбег за 8 м до начала зоны передачи. Является ли это нарушением правил? б) Да. б) Нет. 13. Время участника, финишированного первым, судьи определили по трем секундомерам. При этом в показаниях секундомеров наблюдались расхождения: 1-й секундомер - 10,4 сек; 2-й секундомер - 10,8 сек; 3-й секундомер – 10,6. Какое время дадут участнику? а) Лучшее время - 10,4 сек. б) Худшее время - 10,8 сек. в) Среднее – 10,6 сек 14. Какие команды подаются при выполнении низкого старта? а) «На старт!», «Внимание!», «Марш!».
--	---	--

	деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа. Навыки и/или опыт деятельности:	б) «На старт!», «Марш!». в) «Встать на колодки!», «На старт!», «Марш!» 15. Какие дистанции считаются спринтерскими? а) 100,200,300,400,1500 м. б) 30,50,60,800,3000 м. в) 100,200,400 м. 16. Первые соревнования по бегу с препятствиями были проведены: а) В 1896 году в Афинах б) В 1864 году в Англии в) В 1837 году в городе Регби 17. В беге на 110 м с/б стандартная высота барьера составляет: а) 0.914 м б) 0.991 м в) 1.067 м 18. Технику барьерного бега можно условно разделить на: а) Старт / стартовый разгон / преодоление первого барьера / бег по дистанции / финиш б) Старт и стартовый разгон с преодолением первого барьера / бег по дистанции / финиш в) Старт / стартовый разгон / бег между барьерами / бег по дистанции / финиш
--	--	--

	- анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, - обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	— не аттестован — низкий — средний — высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ПК 1.2. ПК 1.3.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных	1. Разучивание подготовительной части упражнений легкоатлетических метаний. 2. Разучивание основной части

	мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально- психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно- спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно- спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания:	упражнений легкоатлетических метаний. 3. Разучивание заключительной части упражнений легкоатлетических метаний. 4. Правила выполнения упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, общей физической работоспособности. Контроль и самоконтроль. 5. Связь тренировки с соревновательной деятельностью. 6. Техническая подготовка. 7. Тактическая подготовка. 8. Обучение тактике и ее совершенствование: задачи, средства, методы. 9. Структура физической культуры 10. Функции физической культуры 11. Понятие о системе физической культуры 12. Цель и задачи системы физической культуры 13. Общие принципы системы физической культуры 14. Содержание и характеристика методических принципов 15. Принципы сознательности и активности 16. Принцип наглядности 17. Принципы доступности и индивидуализации 18. Принцип систематичности 19. Характеристика принципов, выражающих специфические закономерности занятий 20. Принцип непрерывности 21. Принцип прогрессирования воздействий 22. Принцип цикличности 23. Принцип возрастной адекватности педагогического воздействия
--	--	--

	- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;	
--	--	--

	- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по	
--	---	--

	лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа. Навыки и/или опыт деятельности: - анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, - обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма	Уровни оценивания	Критерии оценивания
-------	-------------------	---------------------

оценивания		
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Темы рефератов и презентаций

1. Бег на 400 м. у женщин
2. Бег на 400 м. у мужчин
3. Методика подготовки в беге на средние дистанции
4. Бег на 100 м. с барьерами у женщин
5. Бег на 110 м. с барьерами у мужчин
6. Прыжки в высоту способом «фосбери-флоп»
7. Прыжки в длину способом «прогнувшись» у женщин
8. Прыжки в длину способом «ножницы» у мужчин
9. Прыжки в длину способом «ножницы» у женщин
10. Прыжки в длину способом «прогнувшись» у мужчин
11. Тройной прыжок с разбега у женщин
12. Тройной прыжок с разбега у мужчин
13. Марафонский бег у мужчин
14. Марафонский бег у женщин
15. Метание копья у мужчин
16. Метание копья у женщин

Требования к реферату и презентации

1. Доклад не копируется дословно из первоисточника, а представляет собой новый вторичный текст, создаваемый в результате осмысленного обобщения материала первоисточника;
2. При написании доклада следует использовать только тот материал, который отражает сущность темы;
3. Изложение должно быть последовательным и доступным для понимания докладчика и слушателей;
4. Доклад должен быть с иллюстрациями, таблицами, если это требуется для полноты раскрытия темы;

5. При подготовке доклада использовать не менее 3-х первоисточников.

Требования к оформлению доклада и реферата

1. Доклад должен быть выполнен печатным способом на одной стороне бумаги формата А4 через полтора интервала. Цвет шрифта должен быть черным (шрифт Times New Roman, 14 пт.).

2. Текст следует печатать, соблюдая следующие размеры полей: верхнее и нижнее - 20 мм, левое - 30 мм, правое - 10 мм. Абзацный отступ должен быть одинаковым по всему тексту и составлять 1,25 см.

3. Выравнивание текста по ширине.

4. Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, применяя выделение жирным шрифтом, курсив, подчеркивание. Перенос слов недопустим

5. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой.

6. Подчеркивать заголовки не допускается.

7. Расстояние между заголовками раздела, подраздела и последующим текстом так же, как и расстояние между заголовками и предыдущим текстом, должно быть равно 15мм (2 пробела).

8. Название каждой главы и параграфа в тексте работы можно писать более крупным шрифтом, жирным шрифтом, чем весь остальной текст. Каждая глава начинается с новой страницы, параграфы (подразделы) располагаются друг за другом.

9. В тексте доклада рекомендуется чаще применять красную строку, выделяя законченную мысль в самостоятельный абзац.

10. Перечисления, встречающиеся в тексте доклада, должны быть оформлены в виде маркированного или нумерованного списка.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

2 модуль 4 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2.	умения: - использовать различные методы и формы организации физкультурно-	1. Характер и календарь соревнований, положение о соревнованиях по легкой

ПК 1.3. ПК 2.3.	спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов); - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания: - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий;	атлетике. 2. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике. 3. Беговая бригада на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности). 4. Судейская коллегия на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности). 7. Планирование и учет работы по легкой атлетике в школе 8. Строительство и оборудование простейшей школьной площадки для занятий по легкой атлетике. 9. Организационные и методические принципы работы учителя физической культуры по легкой атлетике. 10. Задачи и содержание работы ДЮСШ по легкой атлетике. 11. Организация внеклассной работы по легкой атлетике в школе. 12. Управление процессом тренировки по легкой атлетике (текущая оценка состояния тренированности). 13. Построение урока по легкой атлетике в школе. 14. Планирование многолетней тренировки по легкой атлетике. 15. Круглогодичная тренировка в легкой атлетике и ее периодизация. 16. Характеристика сторон тренировочного процесса в легкой атлетике. 17. Методы развития силы, быстроты и выносливости в легкой атлетике. 18. Основные средства тренировки в легкой атлетике. 19. Принципы спортивной тренировки. 20. Цель и задачи спортивной тренировки. 21. Современный уровень развития легкой атлетики в нашей стране. 22. Основные этапы развития легкой атлетики в России. 23. Классификация
----------------------------	--	--

	- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности; - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; - основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий	легкоатлетических упражнений. 24. Значение легкой атлетики в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, спортивное). 25. Методика обучения технике спортивной ходьбы. 26. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции. 27. Методика обучения технике бега на короткие дистанции. 28. Методика обучения технике эстафетного бега. 29. Методика обучения технике прыжков с места (длина, тройной). Правила соревнований по прыжкам с места. 30. Методика обучения технике барьерного бега (на примере 110м с/б или 100м с/б) и правила соревнований в барьерном беге. 31. Методика обучения технике метания диска с поворота и правила соревнований по метанию диска. 32. Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и правила соревнований по прыжкам в высоту. 33. Методика обучения технике толкания ядра со скачка и правила соревнований в толкании ядра. 34. Методика обучения технике метания копья с разбега и правила соревнований в метании копья. 35. Методика обучения технике тройного прыжка с разбега и правила соревнований в тройном прыжке. 36. Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способами «перекидной» и «фосбюри-флоп» и их отличия. 37. Методика обучения технике метания малого мяча с разбега. 38. Методика обучения технике метания гранаты с разбега. 39. Методика обучения техники
--	---	--

	физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; - показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; - основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа. Навыки и/или опыт деятельности: - анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, - разработки предложений по их совершенствованию; - определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения; - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения,	прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». 40. Методика обучения техники прыжка в длину способом «ножницы» и правила соревнований по прыжкам в длину. 41. Основные правила при обучении техники легкоатлетических метаний. 42. Последовательность изучения легкоатлетических видов. 43. Методические приемы обучения в легкой атлетике. 44. Применение принципов обучения в легкой атлетике. 45. Составить план обучения технике одного из прыжков (задачи, средства). 46. Составить план обучения технике одного из метаний (задачи, средства). 47. Характеристика конспекта урока по легкой атлетике в средней школе. 48. Специальные упражнения при обучении и тренировке легкоатлетов. 49. Техника и правила соревнований в эстафетном беге (4 x 400м, смешанные эстафеты). 50. Характеристика фаз в метаниях.
--	--	--

	- обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; - ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;	
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Семестр 5,6

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6	Знает: - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств	Выберите правильный ответ:.. 1. Подвижная игра – сознательная деятельность человека, характеризующаяся активными...? а) физическими упражнениями б) двигательными действиями в) подвижными действиями г) игровыми действиями

ПК 2.2 ПК 2.3	подвижных игр; - терминологию и классификацию в играх;	2. В классификации подвижных игр не существует деления по...? а) степени сложности б) возрасту в) виду движения г) роли играющих д) форме занятия 3. В конце основной части урока проводятся игры на воспитание...? а) гибкости б) ловкости в) быстроты г) силы 4. Какого характера игры не проводятся в подготовительной части урока...? а) на внимание б) малой подвижности для организации внимания в) на скорость г) с ОРУ 5. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке... а) название, ход игры, цель, правила б) название, правила, цель, ход игры в) название, роли, цель, правила в) название, цель, ход игры, роли, правила 6. Где находится учитель при объяснении игры, если учащиеся построены в круг...? а) в центре круга б) за пределами круга в) между играющими чуть впереди г) между играющими 7. Выбор игры зависит от... а) возраст б) вес в) рост г) спортивный разряд 8. В начале основной части урока не проводятся игры на воспитание...? а) быстроты б) гибкости в) силы г) выносливости
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	Знает: - историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - средства подвижных игр и	9. Подвижные игры характеризуются...? а) специально оборудованной площадкой б) строгой специализацией игроков в) возможностью изменения правил г) присвоением спортивных разрядов 10. Спортивные игры отличаются от подвижных игр а) наличием сюжета...? б) строго регламентированным судейством в) возможностью изменения правил г) возможностью участия всех желающих 11. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...?

	возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.	а) профилактики гиподинамии и закаливания б) развитии физических качеств и в) участии в соревнованиях г) освоении техники движений 12. Воспитательное значение подвижных игр заключается в....? а) закаливании б) развитии физических качеств и формировании организаторских качеств в) изучении народных игр г) освоении «школы движений» 13. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...? а) профилактики гиподинамии и закаливания б) развитии физических качеств и в) участии в соревнованиях г) освоении техники движений 14. Каким из способов не выбирают капитана...? а) по назначению учителя б) по расчету в) по выбору играющих г) по жребию 15. Выберите верное методическое замечание к игре «Перетягивание в парах»? а) чаще менять водящих б) заранее выучить речитатив в) строго соблюдать правила г) подобрать равных по силе соперников 16. Какому возрасту соответствует игра «Пустое место» ? а) 1-4 б) 5-6 в) 7-8 г) 9-11 17. Какие движения преимущественно входят в игру «Волк во рву» ? а) прыжки в высоту б) бег с изменением направления в) прыжки в длину г) метания на точность 18. В каком виде спорта используется игра «Квадрат»? а) волейбол б) баскетбол в) футбол г) гандбол 19. Какой форме организации занятия соответствует игра «Два стула и веревочка»? а) перемена б) урок в) прогулка г) соревнование 20. Результаты соревнований по подвижным играм объявляются? а) по окончанию соревнований б) во время игр в) после каждого конкурса
--	--	--

		21. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке? а) название, ход игры, цель, правила б) название, правила, цель, ход игры в) название, роли, цель, правила г) название, цель, ход игры, роли, правила 22. Каким из способов не выбирают капитана? а) по назначению учителя б) по расчету в) по выбору играющих г) по жребию
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	Знает: - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными играми.	23. К способам регулирования нагрузки в подвижных играх не относятся? а) изменение последовательности препятствий б) изменение длины дистанции в) изменение количества команд г) изменения сложности задания 24. Укажите правильную последовательность в методике организации и проведения подвижных игр на уроке? а) выбор игры; обеспечение инвентарем; разделение на команды и выбор водящих; определение задач; судейство; подведение итогов; окончание игры б) выбор игры; подготовка места для игры и инвентаря; разделение на команды и размещение игроков; объяснение игры; судейство; окончание игры; подведение итогов в) выбор игры; подготовка места для игры; разделение на команды; обеспечение инвентарем; объяснение игры; судейство; подведение итогов; окончание игры г) выбор игры; разделение на команды и размещение игроков; определение задач; объяснение игры; обеспечение инвентарем; судейство; окончание игры 25. Психолого-физиологической характеристике младшего школьного возраста соответствует? а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам б) быстро развивается утомление, быстро происходит восстановление в) начало полового созревания г) удлинение конечностей, нарушение координации 26. Психолого-физиологической характеристике среднего школьного возраста соответствует? а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам б) быстро развивается утомление, образное мышление в) начало полового созревания, интерес к сверстникам 27. Мышление у детей младшего школьного возраста? а) образное б) аналитическое в) последовательное 28. Наиболее рекомендуемыми для использования в младших классах являются игры? а) командные, контактные б) коллективные без водящих в) смешанные

		г) командные, неконтактные 29. Наиболее рекомендуемыми для использования в средних классах являются игры? а) командные, контактные б) коллективные без водящих в) коллективные с водящим г) командные, неконтактные 30. Наиболее рекомендуемыми для использования в старших классах являются игры? а) полуспортивные б) коллективные без водящих в) смешанные г) командные, неконтактные 31. Назовите возрастной период школьников соответствующий усиленному росту организма? а) 7-10 лет б) 10-11 лет в) 12-15 лет г) 16-17 лет 32. Укажите возрастной период школьников, в котором используются сюжетно-ролевые игры? а) 7-9 лет б) 10-11 лет в) 12-13 лет г) 14-15 лет 33. С какого возрастного периода школьников, рекомендуется организовывать и проводить подвижные игры отдельно для мальчиков и девочек? а) с 7-10 лет б) с 10-11 лет в) с 14-15 лет г) с 11-12 лет 34. Наиболее благоприятным периодом для развития выносливости является возраст? а) 15-17 лет б) 13-14 лет в) 10-11 лет г) 12-13 лет
--	--	---

Итоговая аттестация

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
-------------------------	-----------------------	--------------------------------------

ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в подвижных играх;	2. Понятие об игровой деятельности. Определение подвижной игры как вида деятельности. Правильный ответ: Подвижная игра — это сознательная, активная деятельность, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. 2. Теории происхождения и развития игры. История происхождения и распространения подвижных игр. Правильный ответ: Истоки подвижных игр уходят корнями в глубокую древность. Игры, построенные на двигательных действиях, использовались в воспитании детей в родовом обществе с целью подготовки их к охоте и труду. Охотничья и трудовая деятельность людей требовали от них силы, ловкости и выносливости. Широко применялись игры с такими движениями, как метание, борьба, игры в палки, мяч, игры с бегом и прыжками. Несмотря на многие похожие движения, игры разных народов отличались, поскольку они отражали особенности образа и условий жизни каждого народа. 4. Специфические особенности подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных. Правильный ответ: Спортивные игры, в отличие от подвижных, проводятся по строгим правилам. В них определено количество игроков, их экипировка, место проведения и критерии определения победителя. Для занятия спортивными играми необходима хорошая физическая подготовка, более высокий уровень владения приемами конкретной игры и знание правил игры. Также отличительным признаком спортивных игр является судейство — контроль за ходом состязания, соблюдением правил и определение победителя. 4. Оздоровительное значение подвижных игр. Правильный ответ: Оздоровительное значение подвижных игр заключается в следующем: Благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и
---	--	--

		мышечной системы. Также игры положительно влияют на дыхательную, сердечно-сосудистую и нервную системы. Формирование правильной осанки. Повышение функциональной деятельности организма. Активизируется обмен веществ, а мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Тренировка нервной системы. Активная двигательная деятельность совершенствует и уравнивает процессы возбуждения и торможения. 5. Образовательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Образовательное значение подвижных игр заключается в следующем: Формирование интеллектуального потенциала. Игры развивают способность анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Развитие способностей к действиям в повседневной практической деятельности, в спорте и туризме. Правила и двигательные действия подвижных игр создают верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Получение новых системных знаний о подвижных играх как средстве и методе физического воспитания, самосовершенствования, о возможностях своих телесно-двигательных проявлений в игре, самопознании. Закрепление некоторых общеобразовательных знаний. Например, в играх с элементами ориентирования на местности и применением навыков походной жизни можно закреплять знания из области математики, географии, естествознания. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 6. Воспитательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Воспитательное значение подвижных игр заключается в следующем: Нравственное воспитание. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры регулируют поведение участников и
--	--	--

		способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Воспитание волевых качеств. Необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует развитию выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. Развитие самостоятельности. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать всё новые и новые пути решения возникающих задач. Развитие интеллекта. Многие игры предполагают не только физическое воспитание, но и требуют усиленной умственной работы, быстрого принятия решения. Совершенствование эстетического восприятия мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Подготовка к труду. Дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определённой последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. 7. Типология и классификация подвижных игр в педагогической практике. Правильный ответ: Типология В педагогической практике, социальной жизни и быту существуют две основные формы организации подвижных игр: урочная и внеурочная. Урочная форма проведения подвижных игр предусматривает непосредственную руководящую роль учителя, регулярность занятий с неизменным составом участников, регламентированные содержание и объем игрового материала и его взаимосвязь с организацией, содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса, в который включается данная игра. Классификация Подвижные игры. РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ: 1 По степени сложности содержания: от простых к сложным. 2 По возрасту детей для учета возрастных особенностей. 3 По видам движений, преимущественно входящим в игры (игры с бегом, с прыжками, с метанием, бросками и ловлей, с передвижением на лыжах и коньках и т.п.). 4 По физическим качествам, преимущественно проявляемым в
--	--	---

		игре, либо в сочетании. 5 Игры, подготовительные к отдельным видам спорта.
--	--	--

ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: -- историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; -средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;	8. Подвижные игры для учащихся 1-4 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 1–4 классов: Игры должны быть простыми с малым количеством правил, так как двигательный опыт у детей ещё не велик. Желательно предлагать короткие по времени игры, в которых большая подвижность чередуется с кратковременными передышками. В основной части урока для развития быстроты и ловкости лучше проводить игры-перебежки (например, «Два Мороза», «Волки во рву», «Гуси-лебеди»). Игры с ритмичной ходьбой и дополнительными гимнастическими движениями, требующие от играющих организованности, внимания, согласованности движений, лучше включать в подготовительную и заключительную части урока. 9. Подвижные игры для учащихся 5-6 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 5–6 классов характеризуются разнообразием движений. В них возможно сочетание нескольких видов движений, например, метание во время бега, перебрасывание и ловля мяча с прыжками и дополнительными движениями туловища, бег с прыжками через препятствия, эстафеты с несложными препятствиями. В некоторые игры вводятся элементы баскетбола, волейбола, футбола. Особенности организации и методики проведения подвижных игр для учащихся 5–6 классов: Целенаправленное применение. Подвижные игры используют с учётом задач урока и во взаимосвязи с изучаемым учебным материалом. Преемственность и взаимосвязь с другими упражнениями. Например, на одном уроке нежелательно совмещать изучение нового материала по гимнастике или лёгкой атлетике с разучиванием новой игры. Оптимальные нагрузки. Недопустимо доводить участников игры до переутомления. Развитие самостоятельности детей. Им
---	--	---

		можно предоставлять право самим выбирать водящих, распределяться по командам, устанавливать план действий в игре. 10.Подвижные игры для учащихся 7-9 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 7–9 классов: В основном проводятся командные игры. Сюжетность отпадает, основное место занимает моторное содержание и организационная структура игры. Широко используются игры, подготовительные к спортивным. Подростки любят тренировать в играх отдельные навыки, необходимые для спорта. Им нравятся игры с мячом, подготовительные к баскетболу, волейболу, футболу, хоккею и другим видам спорта. Можно проводить эстафеты с преодолением полосы препятствий, с борьбой, метанием, прыжками, лазаньем и перелезанием, с элементами футбола, баскетбола, волейбола. 11.Подвижные игры для учащихся 10-11 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 10–11 классов направлены на развитие физических качеств, таких как сила, скорость, координация движений и выносливость. Особенности организации:Планирование. Подвижные игры планируются на весь учебный год с учётом сезона и задач, поставленных в каждой учебной четверти. В начале первой четверти закрепляется игровой материал предыдущего учебного года, в конце первой, во второй и третьей учебной четверти разучиваются новые игры, а в четвёртой они закрепляются и усложняются. Подготовка места и инвентаря. Для проведения игр на свежем воздухе подбирается ровная площадка с травяным покрытием. В помещении нужно предусмотреть, чтобы не было посторонних предметов. Инвентарь для игр должен быть ярким и красочным, а его размер и масса — посильными для участников. Размещение игроков и место руководителя. Прежде чем начать объяснение игры, участников размещают таким образом, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его
--	--	--

		рассказ. 12. Критерии выбора подвижной игры. Подготовка руководителя к игре. Правильный ответ: Общие задачи урока. При их постановке основными критериями являются возрастные особенности детей, их развитие, физическая подготовленность, количество занимающихся. Форма занятий. Урок, перемена, праздник, прогулка — в разных условиях задачи и содержание игр могут быть иными. Место проведения. В небольшом узком зале или коридоре проводятся игры с линейным построением, в которых участвуют по очереди. В большом спортивном зале или на площадке хорошо проводить игры с бегом врассыпную, с метанием больших и малых мячей, с элементами спортивных игр. Состояние погоды. Если температура воздуха низкая, выбирается игра с активными действиями участников. В жаркую погоду лучше использовать малоподвижные игры, в которых участники выполняют игровое задание поочерёдно. Наличие пособий и инвентаря. Из-за отсутствия соответствующего инвентаря или при неудачной его замене игра может не состояться. Любимые игры детей. Можно опросить детей, чтобы узнать, в какие игры они любят играть, и какие из них самые любимые. 13. Подготовка места для проведения подвижных игр, разметка площадки. Правильный ответ: Для игр на воздухе нужно подобрать ровную зелёную площадку прямоугольной формы, не менее 8 м в ширину и 12 м в длину. На расстоянии 2 м от поля можно поставить несколько скамеек. Линии разметки проводят лицевыми (короткими) и боковыми линиями, а также поперечной чертой, делящей площадку пополам. По углам площадки можно поставить флажки, сделав в грунте выемки. Линии границ намечают не ближе 3 м от забора, стены или других предметов во избежание травм. Для зимних игр площадку надо очистить от снега, утрамбовать, а по краям соорудить снежный вал. Для
--	--	--

		проведения некоторых игр её посыпают песком. Перед началом игры в помещении руководитель должен проследить, чтобы в зале не было посторонних предметов, мешающих движениям играющих. Разметка площадки в случае, если это требует много времени, делается заранее, до начала игры. Простую разметку можно сделать одновременно с объяснением правил игры или до её начала, а рассказ сопровождать показом отмеченных границ. Если игра проводится часто, можно сделать постоянную разметку. Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры. 15. Требования к рассказу и порядок объяснения подвижной игры. Правильный ответ: Требования к рассказу о подвижной игре: Рассказ должен быть кратким. Затянутое объяснение может помешать восприятию игры. Исключение составляют игры в младших классах, которые можно объяснить в сказочной, увлекательной форме. Рассказ должен быть логичным и последовательным. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения: название игры (можно сказать, с какой целью игра проводится); роли играющих и их расположение на площадке; содержание игры; цель игры; правила игры. 16. Способы выбора водящего и их характеристика. Правильный ответ: По назначению руководителя. Руководитель назначает водящего, учитывая его роль в игре. Преимущество этого способа — быстрый выбор наиболее подходящего водящего, но при таком подходе подавляется инициатива играющих. Выбор по жребию. Играющие становятся в круг. Произнося каждое слово считалки, они указывают по очереди на игроков. Тот, на кого придётся последнее слово считалки, становится водящим или выбывает из круга. В последнем случае считают до тех пор, пока не останется один участник, который и станет водящим. «Тянуться на палке». Участник берёт палку снизу, за ним берётся рукой второй игрок, затем третий и т. д.. Водящим становится тот, кто возьмёт палку за конец и удержит её или покроет палку
--	--	---

		сверху ладонью. Выбор играющих. Этот способ позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных водящих. Однако в игре с малоорганизованными детьми этот способ применить трудно, так как водящего часто выбирают не по заслугам, а под нажимом более сильных, настойчивых детей. Назначение по результатам предыдущих игр. Водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым, пойман последним и т. п. Об этом надо сообщить участникам заранее, чтобы они стремились проявлять в игре необходимые качества. 17.Способы распределения игроков на команды и их характеристика. Правильный ответ: Случайное разделение. Простой и быстрый способ, не требует предварительной подготовки. Однако может привести к тому, что в одной команде окажутся люди с разными уровнями навыков и опыта. Методы случайного разделения: Жеребьёвка. Для распределения участников по командам используют карточки, жребии или любые другие случайные элементы. Например, разноцветные шарики или бумажки с номерами. Счёт по порядку. Участники считают по порядку, и каждый n-й человек попадает в одну команду. Этот метод удобен, если есть ограниченное время на разделение. Цветные карточки. Участникам раздают карточки разных цветов, и те, у кого одинаковый цвет, образуют команду. Это добавляет элемент игры и делает процесс более увлекательным 18. Руководство процессом игры, судейство. Правильный ответ: Начало игры. Она должна начинаться организованно и своевременно, по условному сигналу (команде, свистку, хлопку в ладоши, взмаху рукой или флажком). Руководитель заранее предупреждает о выбранном сигнале и даёт его только после того, как убедится в том, что все игроки поняли содержание игры и заняли свои места. Следить за ходом игры. Руководитель внимательно следит за игрой, за поведением играющих, делает поправки и замечания, не останавливая общего хода игры. Если большинство играющих
--	--	--

		допускают одинаковую ошибку, он может приостановить игру и сделать указания, как правильно выполнять приёмы игры. Судейство: Судья должен найти удобное для судейства место, чтобы видеть всех играющих, не мешать им. Заметив нарушение правил, судья подаёт сигнал. Замечания и разъяснения, касающиеся судейства, надо делать по окончании игры. 19. Дозировка физической нагрузки в процессе игры. Правильный ответ: Уменьшение или увеличение поля игры и продолжительности по времени. Изменение основных характеристик игры (игры с интенсивным передвижением, с меньшим напряжением, с медленным передвижением). Незначительное изменение некоторых правил в сторону увеличения или уменьшения нагрузки. Введение в игру новых этапов, препятствий или устранение некоторых из них. Остановки для отдыха или для указания ошибок. Перераспределение обязанностей водящих. Смена мест команд на площадке. Кратковременные паузы для совещания капитанов или водящих. При дозировке нагрузки важно учитывать физиологические особенности организма занимающихся. Также необходимо учитывать характер предшествующей деятельности и настроение участников. 20. Подведение итогов игры и ее обсуждение. Правильный ответ: Подведение итогов игры должно быть оптимистичным, коротким и конкретным. При подведении итогов игры в старшей и подготовительной группах педагог анализирует, как детям удалось достичь успеха. Оценивая игру, педагог отмечает положительные качества детей, называя тех, кто удачно исполнил свои роли, проявил смекалку, выдержку, взаимопомощь, творчество, а затем тщательно анализирует причины нарушения правил игры. К обсуждению итогов привлекаются дети. Это приучает их к анализу своих поступков. Подведение итогов игры должно проходить в интересной и занимательной форме, чтобы вызвать желание в следующий раз добиться ещё лучших результатов. 21. Оздоровительные задачи подвижных игр
--	--	---

		в спорте. Правильный ответ: Благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и мышечной системы. Особенно полезны игры, вовлекающие в динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела, а также увеличивающие подвижность в суставах. Активацию всех видов обмена веществ (углеводного, белкового, жирового и минерального). Мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Положительное влияние на нервную систему. Для этого необходимо оптимально дозировать нагрузку на память и внимание участников, строить игру так, чтобы она вызывала положительные эмоции. Закаливание и усиление притока кислорода в организм. Особенно ценно круглогодичное проведение подвижных игр на свежем воздухе. Активный отдых после длительной умственной деятельности. Поэтому игры уместны на школьных переменах, по окончании уроков в группах продлённого дня или дома, после прихода из школы. Восстановление здоровья. Подвижные игры применяются в специальных лечебных целях при восстановлении здоровья больных детей, поскольку функциональный и эмоциональный подъём, возникающий в процессе игры, оказывает на них оздоравливающее воздействие. 22. Образовательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Развитие умений анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижных игр создают у играющих верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Облегчение освоения техники движений. Элементарные двигательные навыки, приобретаемые в играх, легко перестраиваются при последующем, более углублённом, изучении техники движений и облегчают овладение ею. Формирование умения экономно и целесообразно выполнять двигательные действия. Многократное повторение двигательных действий во время игры
--	--	--

		помогает формировать у занимающихся умение выполнять их в законченном виде. Развитие способности адекватно оценивать пространственные и временные отношения, одновременно воспринимать многое и реагировать на воспринятое. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 23. Воспитательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Воспитание физических качеств. Подвижные игры способствуют развитию быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. 14 Развитие чувства единства, товарищества и ответственности за действия друг друга. 3 В зависимости от качества выполнения роли участник игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей. Так дети приучаются к деятельности в коллективе. Воспитание воли, выдержки, дисциплинированности. Правила игры содействуют этому, а также учат умению взять себя в руки после сильного возбуждения. Формирование доброжелательности, навыков общения и взаимодействия со сверстниками. Игра учит дружить, оказывать помощь друг другу. Формирование навыков организации самостоятельной деятельности, инициативы и ответственности. Участники игр приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость. 24. Методика применения подвижных игр для отбора в спорте. Правильный ответ: Методика применения подвижных игр для отбора в спорте предполагает учёт следующих аспектов: Подбор игр-тестов. Как правило, это несколько игр с разной двигательной характеристикой, в которых предъявляются различные требования к проявлению нужных качеств. Например, при отборе баскетболистов используется комплекс из четырёх-пяти подвижных игр. Учёт
--	--	--

		способностей и предшествующего опыта спортсменов. Это позволяет предлагать в игре оптимальные условия. Использование игр на разных этапах тренировки. Объём, характер и методика использования подвижных игр изменяются в соответствии с задачами каждого этапа тренировки: На начальном этапе игры содействуют развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. На втором этапе подготовительного периода игры помогают более углублённо освоить и совершенствовать двигательные навыки в том виде спорта, в каком они будут применяться в спортивных состязаниях. Объём игр несколько снижается, так как увеличиваются нагрузки, специфичные для соревнований в избранном виде спорта. 3 В конце подготовительного периода игры используются для сохранения эмоционального настроения на последующие тренировки. Они проводятся в начале или в конце тренировочного урока и предусматривают сравнительно небольшие физические и психические усилия. 25. Методика использования подвижных игр для физической, технической, тактической, морально-волевой подготовки юных спортсменов. Правильный ответ: Для физической подготовки. На начальном этапе тренировки используются игры, содействующие развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. Для технической подготовки. Подвижная игра выступает как средство совершенствования навыка, выполняемого в повышенном эмоциональном состоянии, в изменяющихся ситуациях. Юный спортсмен приобретает способность применять освоенный навык в целостной деятельности, выбирать для каждого случая наилучшие варианты выполнения действия. Для тактической подготовки. Элементы тактики заложены в простых командных салках, играх с мячом. Например, в «Удочках», где смена ритма вращения верёвки помогает быстрее салить
--	--	--

		играющих, а также в таких несложных играх, как «Челнок» или «Вызов», где приходится планировать тактические действия. Для морально-волевой подготовки. В игре велика роль правил. Их соблюдение способствует воспитанию честности и справедливости, дисциплины. Игра приучает юного спортсмена владеть своими эмоциями.
--	--	---

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Итоговая аттестация

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
-------------------------	-----------------------	--------------------------------------

ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в подвижных играх;	3. Понятие об игровой деятельности. Определение подвижной игры как вида деятельности. Правильный ответ: Подвижная игра — это сознательная, активная деятельность, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. 2. Теории происхождения и развития игры. История происхождения и распространения подвижных игр. Правильный ответ: Истоки подвижных игр уходят корнями в глубокую древность. Игры, построенные на двигательных действиях, использовались в воспитании детей в родовом обществе с целью подготовки их к охоте и труду. Охотничья и трудовая деятельность людей требовали от них силы, ловкости и выносливости. Широко применялись игры с такими движениями, как метание, борьба, игры в палки, мяч, игры с бегом и прыжками. Несмотря на многие похожие движения, игры разных народов отличались, поскольку они отражали особенности образа и условий жизни каждого народа. 5. Специфические особенности подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных. Правильный ответ: Спортивные игры, в отличие от подвижных, проводятся по строгим правилам. В них определено количество игроков, их экипировка, место проведения и критерии определения победителя. Для занятия спортивными играми необходима хорошая физическая подготовка, более высокий уровень владения приемами конкретной игры и знание правил игры. Также отличительным признаком спортивных игр является судейство — контроль за ходом состязания, соблюдением правил и определение победителя. 4. Оздоровительное значение подвижных игр. Правильный ответ: Оздоровительное значение подвижных игр заключается в следующем: Благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и
---	---	--

		мышечной системы. Также игры положительно влияют на дыхательную, сердечно-сосудистую и нервную системы. Формирование правильной осанки. Повышение функциональной деятельности организма. Активизируется обмен веществ, а мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Тренировка нервной системы. Активная двигательная деятельность совершенствует и уравнивает процессы возбуждения и торможения. 5. Образовательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Образовательное значение подвижных игр заключается в следующем: Формирование интеллектуального потенциала. Игры развивают способность анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Развитие способностей к действиям в повседневной практической деятельности, в спорте и туризме. Правила и двигательные действия подвижных игр создают верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Получение новых системных знаний о подвижных играх как средстве и методе физического воспитания, самосовершенствования, о возможностях своих телесно-двигательных проявлений в игре, самопознании. Закрепление некоторых общеобразовательных знаний. Например, в играх с элементами ориентирования на местности и применением навыков походной жизни можно закреплять знания из области математики, географии, естествознания. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 6. Воспитательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Воспитательное значение подвижных игр заключается в следующем: Нравственное воспитание. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры регулируют поведение участников и
--	--	--

		способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Воспитание волевых качеств. Необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует развитию выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. Развитие самостоятельности. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать всё новые и новые пути решения возникающих задач. Развитие интеллекта. Многие игры предполагают не только физическое воспитание, но и требуют усиленной умственной работы, быстрого принятия решения. Совершенствование эстетического восприятия мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Подготовка к труду. Дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определённой последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. 7. Типология и классификация подвижных игр в педагогической практике. Правильный ответ: Типология В педагогической практике, социальной жизни и быту существуют две основные формы организации подвижных игр: урочная и внеурочная. Урочная форма проведения подвижных игр предусматривает непосредственную руководящую роль учителя, регулярность занятий с неизменным составом участников, регламентированные содержание и объем игрового материала и его взаимосвязь с организацией, содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса, в который включается данная игра. Классификация Подвижные игры. РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ: 1 По степени сложности содержания: от простых к сложным. 2 По возрасту детей для учета возрастных особенностей. 3 По видам движений, преимущественно входящим в игры (игры с бегом, с прыжками, с метанием, бросками и ловлей, с передвижением на лыжах и коньках и т.п.). 4 По физическим качествам, преимущественно проявляемым в
--	--	---

		игре, либо в сочетании. 5 Игры, подготовительные к отдельным видам спорта.
--	--	--

ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: -- историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; -средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;	8. Подвижные игры для учащихся 1-4 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 1–4 классов: Игры должны быть простыми с малым количеством правил, так как двигательный опыт у детей ещё не велик. Желательно предлагать короткие по времени игры, в которых большая подвижность чередуется с кратковременными передышками. В основной части урока для развития быстроты и ловкости лучше проводить игры-перебежки (например, «Два Мороза», «Волки во рву», «Гуси-лебеди»). Игры с ритмичной ходьбой и дополнительными гимнастическими движениями, требующие от играющих организованности, внимания, согласованности движений, лучше включать в подготовительную и заключительную части урока. 9. Подвижные игры для учащихся 5-6 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 5–6 классов характеризуются разнообразием движений. В них возможно сочетание нескольких видов движений, например, метание во время бега, перебрасывание и ловля мяча с прыжками и дополнительными движениями туловища, бег с прыжками через препятствия, эстафеты с несложными препятствиями. В некоторые игры вводятся элементы баскетбола, волейбола, футбола. Особенности организации и методики проведения подвижных игр для учащихся 5–6 классов: Целенаправленное применение. Подвижные игры используют с учётом задач урока и во взаимосвязи с изучаемым учебным материалом. Преемственность и взаимосвязь с другими упражнениями. Например, на одном уроке нежелательно совмещать изучение нового материала по гимнастике или лёгкой атлетике с разучиванием новой игры. Оптимальные нагрузки. Недопустимо доводить участников игры до переутомления. Развитие самостоятельности детей. Им
---	--	---

		можно предоставлять право самим выбирать водящих, распределяться по командам, устанавливать план действий в игре. 10.Подвижные игры для учащихся 7-9 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 7–9 классов: В основном проводятся командные игры. Сюжетность отпадает, основное место занимает моторное содержание и организационная структура игры. Широко используются игры, подготовительные к спортивным. Подростки любят тренировать в играх отдельные навыки, необходимые для спорта. Им нравятся игры с мячом, подготовительные к баскетболу, волейболу, футболу, хоккею и другим видам спорта. Можно проводить эстафеты с преодолением полосы препятствий, с борьбой, метанием, прыжками, лазаньем и перелезанием, с элементами футбола, баскетбола, волейбола. 11.Подвижные игры для учащихся 10-11 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 10–11 классов направлены на развитие физических качеств, таких как сила, скорость, координация движений и выносливость. Особенности организации:Планирование. Подвижные игры планируются на весь учебный год с учётом сезона и задач, поставленных в каждой учебной четверти. В начале первой четверти закрепляется игровой материал предыдущего учебного года, в конце первой, во второй и третьей учебной четверти разучиваются новые игры, а в четвёртой они закрепляются и усложняются. Подготовка места и инвентаря. Для проведения игр на свежем воздухе подбирается ровная площадка с травяным покрытием. В помещении нужно предусмотреть, чтобы не было посторонних предметов. Инвентарь для игр должен быть ярким и красочным, а его размер и масса — посильными для участников. Размещение игроков и место руководителя. Прежде чем начать объяснение игры, участников размещают таким образом, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его
--	--	---

		рассказ. 12. Критерии выбора подвижной игры. Подготовка руководителя к игре. Правильный ответ: Общие задачи урока. При их постановке основными критериями являются возрастные особенности детей, их развитие, физическая подготовленность, количество занимающихся. Форма занятий. Урок, перемена, праздник, прогулка — в разных условиях задачи и содержание игр могут быть иными. Место проведения. В небольшом узком зале или коридоре проводятся игры с линейным построением, в которых участвуют по очереди. В большом спортивном зале или на площадке хорошо проводить игры с бегом враспынную, с метанием больших и малых мячей, с элементами спортивных игр. Состояние погоды. Если температура воздуха низкая, выбирается игра с активными действиями участников. В жаркую погоду лучше использовать малоподвижные игры, в которых участники выполняют игровое задание поочерёдно. Наличие пособий и инвентаря. Из-за отсутствия соответствующего инвентаря или при неудачной его замене игра может не состояться. Любимые игры детей. Можно опросить детей, чтобы узнать, в какие игры они любят играть, и какие из них самые любимые. 13. Подготовка места для проведения подвижных игр, разметка площадки. Правильный ответ: Для игр на воздухе нужно подобрать ровную зелёную площадку прямоугольной формы, не менее 8 м в ширину и 12 м в длину. На расстоянии 2 м от поля можно поставить несколько скамеек. Линии разметки проводят лицевыми (короткими) и боковыми линиями, а также поперечной чертой, делящей площадку пополам. По углам площадки можно поставить флажки, сделав в грунте выемки. Линии границ намечают не ближе 3 м от забора, стены или других предметов во избежание травм. Для зимних игр площадку надо очистить от снега, утрамбовать, а по краям соорудить снежный вал. Для
--	--	--

		проведения некоторых игр её посыпают песком. Перед началом игры в помещении руководитель должен проследить, чтобы в зале не было посторонних предметов, мешающих движениям играющих. Разметка площадки в случае, если это требует много времени, делается заранее, до начала игры. Простую разметку можно сделать одновременно с объяснением правил игры или до её начала, а рассказ сопровождать показом отмеченных границ. Если игра проводится часто, можно сделать постоянную разметку. Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры. 15. Требования к рассказу и порядок объяснения подвижной игры. Правильный ответ: Требования к рассказу о подвижной игре: Рассказ должен быть кратким. Затянутое объяснение может помешать восприятию игры. Исключение составляют игры в младших классах, которые можно объяснить в сказочной, увлекательной форме. Рассказ должен быть логичным и последовательным. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения: название игры (можно сказать, с какой целью игра проводится); роли играющих и их расположение на площадке; содержание игры; цель игры; правила игры. 16. Способы выбора водящего и их характеристика. Правильный ответ: По назначению руководителя. Руководитель назначает водящего, учитывая его роль в игре. Преимущество этого способа — быстрый выбор наиболее подходящего водящего, но при таком подходе подавляется инициатива играющих. Выбор по жребию. Играющие становятся в круг. Произнося каждое слово считалки, они указывают по очереди на игроков. Тот, на кого придётся последнее слово считалки, становится водящим или выбывает из круга. В последнем случае считают до тех пор, пока не останется один участник, который и станет водящим. «Тянуться на палке». Участник берёт палку снизу, за ним берётся рукой второй игрок, затем третий и т. д.. Водящим становится тот, кто возьмёт палку за конец и удержит её или покроет палку
--	--	---

		сверху ладонью. Выбор играющих. Этот способ позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных водящих. Однако в игре с малоорганизованными детьми этот способ применить трудно, так как водящего часто выбирают не по заслугам, а под нажимом более сильных, настойчивых детей. Назначение по результатам предыдущих игр. Водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым, пойман последним и т. п. Об этом надо сообщить участникам заранее, чтобы они стремились проявлять в игре необходимые качества. 17.Способы распределения игроков на команды и их характеристика. Правильный ответ: Случайное разделение. Простой и быстрый способ, не требует предварительной подготовки. Однако может привести к тому, что в одной команде окажутся люди с разными уровнями навыков и опыта. Методы случайного разделения: Жеребьёвка. Для распределения участников по командам используют карточки, жребии или любые другие случайные элементы. Например, разноцветные шарики или бумажки с номерами. Счёт по порядку. Участники считают по порядку, и каждый n-й человек попадает в одну команду. Этот метод удобен, если есть ограниченное время на разделение. Цветные карточки. Участникам раздают карточки разных цветов, и те, у кого одинаковый цвет, образуют команду. Это добавляет элемент игры и делает процесс более увлекательным 18. Руководство процессом игры, судейство. Правильный ответ: Начало игры. Она должна начинаться организованно и своевременно, по условному сигналу (команде, свистку, хлопку в ладоши, взмаху рукой или флажком). Руководитель заранее предупреждает о выбранном сигнале и даёт его только после того, как убедится в том, что все игроки поняли содержание игры и заняли свои места. Следить за ходом игры. Руководитель внимательно следит за игрой, за поведением играющих, делает поправки и замечания, не останавливая общего хода игры. Если большинство играющих
--	--	--

		допускают одинаковую ошибку, он может приостановить игру и сделать указания, как правильно выполнять приёмы игры. Судейство: Судья должен найти удобное для судейства место, чтобы видеть всех играющих, не мешать им. Заметив нарушение правил, судья подаёт сигнал. Замечания и разъяснения, касающиеся судейства, надо делать по окончании игры. 19. Дозировка физической нагрузки в процессе игры. Правильный ответ: Уменьшение или увеличение поля игры и продолжительности по времени. Изменение основных характеристик игры (игры с интенсивным передвижением, с меньшим напряжением, с медленным передвижением). Незначительное изменение некоторых правил в сторону увеличения или уменьшения нагрузки. Введение в игру новых этапов, препятствий или устранение некоторых из них. Остановки для отдыха или для указания ошибок. Перераспределение обязанностей водящих. Смена мест команд на площадке. Кратковременные паузы для совещания капитанов или водящих. При дозировке нагрузки важно учитывать физиологические особенности организма занимающихся. Также необходимо учитывать характер предшествующей деятельности и настроение участников. 20. Подведение итогов игры и ее обсуждение. Правильный ответ: Подведение итогов игры должно быть оптимистичным, коротким и конкретным. При подведении итогов игры в старшей и подготовительной группах педагог анализирует, как детям удалось достичь успеха. Оценивая игру, педагог отмечает положительные качества детей, называя тех, кто удачно исполнил свои роли, проявил смекалку, выдержку, взаимопомощь, творчество, а затем тщательно анализирует причины нарушения правил игры. К обсуждению итогов привлекаются дети. Это приучает их к анализу своих поступков. Подведение итогов игры должно проходить в интересной и занимательной форме, чтобы вызвать желание в следующий раз добиться ещё лучших результатов. 21. Оздоровительные задачи подвижных игр
--	--	---

		в спорте. Правильный ответ: Благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и мышечной системы. Особенно полезны игры, вовлекающие в динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела, а также увеличивающие подвижность в суставах. Активацию всех видов обмена веществ (углеводного, белкового, жирового и минерального). Мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Положительное влияние на нервную систему. Для этого необходимо оптимально дозировать нагрузку на память и внимание участников, строить игру так, чтобы она вызывала положительные эмоции. Закаливание и усиление притока кислорода в организм. Особенно ценно круглогодичное проведение подвижных игр на свежем воздухе. Активный отдых после длительной умственной деятельности. Поэтому игры уместны на школьных переменах, по окончании уроков в группах продлённого дня или дома, после прихода из школы. Восстановление здоровья. Подвижные игры применяются в специальных лечебных целях при восстановлении здоровья больных детей, поскольку функциональный и эмоциональный подъём, возникающий в процессе игры, оказывает на них оздоравливающее воздействие. 22. Образовательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Развитие умений анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижных игр создают у играющих верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Облегчение освоения техники движений. Элементарные двигательные навыки, приобретаемые в играх, легко перестраиваются при последующем, более углублённом, изучении техники движений и облегчают овладение ею. Формирование умения экономно и целесообразно выполнять двигательные действия. Многократное повторение двигательных действий во время игры
--	--	--

		помогает формировать у занимающихся умение выполнять их в законченном виде. Развитие способности адекватно оценивать пространственные и временные отношения, одновременно воспринимать многое и реагировать на воспринятое. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 23. Воспитательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Воспитание физических качеств. Подвижные игры способствуют развитию быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. 14 Развитие чувства единства, товарищества и ответственности за действия друг друга. 3 В зависимости от качества выполнения роли участник игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей. Так дети приучаются к деятельности в коллективе. Воспитание воли, выдержки, дисциплинированности. Правила игры содействуют этому, а также учат умению взять себя в руки после сильного возбуждения. Формирование доброжелательности, навыков общения и взаимодействия со сверстниками. Игра учит дружить, оказывать помощь друг другу. Формирование навыков организации самостоятельной деятельности, инициативы и ответственности. Участники игр приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость. 24. Методика применения подвижных игр для отбора в спорте. Правильный ответ: Методика применения подвижных игр для отбора в спорте предполагает учёт следующих аспектов: Подбор игр-тестов. Как правило, это несколько игр с разной двигательной характеристикой, в которых предъявляются различные требования к проявлению нужных качеств. Например, при отборе баскетболистов используется комплекс из четырёх-пяти подвижных игр. Учёт
--	--	--

		способностей и предшествующего опыта спортсменов. Это позволяет предлагать в игре оптимальные условия. Использование игр на разных этапах тренировки. Объём, характер и методика использования подвижных игр изменяются в соответствии с задачами каждого этапа тренировки: На начальном этапе игры содействуют развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. На втором этапе подготовительного периода игры помогают более углублённо освоить и совершенствовать двигательные навыки в том виде спорта, в каком они будут применяться в спортивных состязаниях. Объём игр несколько снижается, так как увеличиваются нагрузки, специфичные для соревнований в избранном виде спорта. 3 В конце подготовительного периода игры используются для сохранения эмоционального настроения на последующие тренировки. Они проводятся в начале или в конце тренировочного урока и предусматривают сравнительно небольшие физические и психические усилия. 25. Методика использования подвижных игр для физической, технической, тактической, морально-волевой подготовки юных спортсменов. Правильный ответ: Для физической подготовки. На начальном этапе тренировки используются игры, содействующие развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. Для технической подготовки. Подвижная игра выступает как средство совершенствования навыка, выполняемого в повышенном эмоциональном состоянии, в изменяющихся ситуациях. Юный спортсмен приобретает способность применять освоенный навык в целостной деятельности, выбирать для каждого случая наилучшие варианты выполнения действия. Для тактической подготовки. Элементы тактики заложены в простых командных салках, играх с мячом. Например, в «Удочках», где смена ритма вращения верёвки помогает быстрее салить
--	--	--

		играющих, а также в таких несложных играх, как «Челнок» или «Вызов», где приходится планировать тактические действия. Для морально-волевой подготовки. В игре велика роль правил. Их соблюдение способствует воспитанию честности и справедливости, дисциплины. Игра приучает юного спортсмена владеть своими эмоциями.
--	--	---

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

МДК 02.02 Лечебная физическая культура и массаж

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по профессии 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11 ноября 2022г. № 968 (зарегистрирован в Минюст России от 19 декабря 2022г. № 71643).

- одобрен Педагогическим советом № 1 от 25.04.2024 г.

Разработчик ФОС: к.б.н., доцент Мартыканова Д. С.

IV. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу курса «Лечебная физическая культура и массаж».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля по междисциплинарному курсу (МДК) «Лечебная физическая культура и массаж» и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

2. Объекты оценивания – результаты освоения МДК

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения МДК в соответствии с ФГОС специальности «Физическая культура» и рабочей программой междисциплинарного курса «Лечебная физическая культура и массаж»:

Знания:

- задачи профессионального и личностного развития, способы самообразования и пути повышения квалификации;
- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
- основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;
- теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта.

Умения:

- самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации;
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей

занимающихся;

- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися.
- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;
- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;

Навыки и/или опыт деятельности:

- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **общих и профессиональных компетенций**:

ОК 8. – Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ПК 1.2. – Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодёжной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодёжи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 3	ОК 08, ПК 1.2	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 08, ПК 1.2	Ситуационная задача	не аттестован низкий средний	2 3 4

			высокий	5
	ОК 08, ПК 1.2	Тестирование	не аттестован	2
			низкий	3
			средний	4
			высокий	5
макс:				20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 4	ОК 08, ПК 1.2	Практическая работа	не аттестован	4 и менее
			низкий	5– 6
			средний	7 – 8
			высокий	9 – 10
	ОК 08, ПК 1.2	Ситуационная задача	не аттестован	2
			низкий	3
			средний	4
			высокий	5
	ОК 08, ПК 1.2	Тестирование	не аттестован	2
низкий			3	
средний			4	
высокий			5	
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по курсу в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи или зачета с оценкой по курсу оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета с оценкой.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 08, ПК 1.2	Тестирование (ответ на вопрос теста)	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 08, ПК 1.2	Знания: -задачи профессионального и личностного развития, способы самообразования и пути повышения квалификации; -историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; -основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта; -теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; -теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта. Умения: - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного	Задание: составить и защитить презентацию на практических работах. Темы презентаций: 1.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при переломе трубчатых костей нижней конечности в иммобилизационном периоде. 2.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при переломе трубчатых костей нижней конечности в постиммобилизационном периоде. 3.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при переломе трубчатых костей нижней конечности в восстановительном периоде. 4.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при переломе трубчатых костей верхней конечности в иммобилизационном периоде. 5.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при переломе трубчатых костей верхней конечности в постиммобилизационном периоде. 6.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при переломе трубчатых костей верхней конечности в восстановительном периоде. 7.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при нарушении осанки в основном периоде реабилитации. 8.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при сколиозе в основном периоде реабилитации. 9.Составление план-конспекта лечебной гимнастики при плоскостопии в основном периоде реабилитации. 10.Выполнение приема поглаживание. Разновидности приема. 11.Выполнение приема выжимание. Разновидности приема выжимания. 12.Выполнение приема разминания на мышцах. Технологические параметры приема. 13.Выполнение приема разминания на суставах. Технологические параметры. Методические особенности. 14.Выполнение сотрясающих приемов. Виды

	развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. - использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся; - подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным	сотрясающих приемов. Методические особенности проведения. 15.Выполнение ударных приемов. Виды ударных приемов. Методические особенности проведения. 16. Выполнение приема вибрация. Требования к оформлению презентаций -Соблюдайте единый стиль оформления; -Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; -Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки). -На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста; -Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный; -Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). -Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде; -Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде. -Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов; -Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации; -Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание. - Первый слайд – это титульный слайд, на котором представлены: сверху полное наименование ОУ, название работы по центру; ФИО автора после названия работы справа. - Основные пункты презентации: 1.Диагноз 2.Возраст 3.Пол 4.Период реабилитации 5.Задачи периода реабилитации 6.Инвентарь 7.План-конспект лечебной гимнастики в виде таблицы ((столбец 1-№ п/п, столбец 2- содержание упражнения, столбец 3- дозировка, столбец 4- организационные и методические указания) или конспект процедуры массажа в виде таблицы (столбец 1-№ п/п, столбец 2–
--	---	--

	действиям, развития физических качеств; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися; - проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; - оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности; Навыки и/или опыт деятельности: - определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.	исходное положение массируемого, столбец 3- вид массажа (приемы массажа), столбец 4- методические указания). -На последнем слайде указывается: источники, список литературы, глоссарий и т.д. -Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 16 слайдов и не более 25 слайдов. Зрительный ряд из большого числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути рассматриваемой темы. Исключения составляют презентации, предназначенные для длительной демонстрации ознакомительного характера с большим количеством визуального материала. В этом случае объем презентации - из расчета не менее чем 1 мин. на один слайд, а на слайды, содержащие ключевые моменты и основополагающие понятия - по 2 мин. После презентации необходимо продемонстрировать 2-3 специальных упражнений из плана-конспекта лечебной гимнастики по теме презентации по лечебной физкультуре или 3-4 пасса по теме презентации по массажу.
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные

		знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационные задачи
ОК 08, ПК 1.2	Умения: - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. - использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся; - подбирать и	Задача №1: Инструктор-методист поводит индивидуальное занятие ЛФК с пациентом Ф., 45 лет, с диагнозом: посттравматическая сгибательная контрактура коленного сустава. При этом 1-ый период занятия составляет 30% от общего времени занятия, 2-ой период составляет 40%, 3-ий период составляет 30%. Задание - ответьте на вопросы: 1.Правильно ли, что инструктор-методист проводит индивидуальные занятия ЛФК с данным пациентом? 2.Правильно ли инструктор-методист распределяет время на периоды занятия ЛФК? 3.Как называются периоды занятия ЛФК? 4.Распределите процентное соотношение времени по периодам занятия ЛФК? Правильный ответ: 1. Да, правильно, что проводит индивидуальное занятие. 2. Нет, неправильно распределяет время. 3. Подготовительный (вводная часть), основной, заключительный. 4. Подготовительный – 15%, основной – 70%, заключительный – 15% Задача №2: Женщина, 76 лет, с диафизарным переломом левого бедра, вторую неделю лежит на скелетном вытяжении. Задание - ответьте на вопросы: 1.Какая форма ЛФК максимально возможна в отношении больной? 2. Можно ли использовать массаж? Правильный ответ: 1.Занятия лечебной гимнастикой индивидуально, в палате с инструктором.

	использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися. - проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; - оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности; Навыки и/или опыт деятельности: - определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.	2. У больных, находящихся на скелетном вытяжении, со 2-3-го дня после перелома массируют здоровую конечность в течение 15-20 мин ежедневно. Все приемы сочетают с активными движениями. Задача №3: Больному после перенесенной пневмонии назначен классический массаж задней поверхности грудной клетки. Задание: 1. Обозначьте границы массируемой области. 2. Укажите особенности выполнения приемов в данной области, направление массажных приемов. 3. Составьте план массажа области спины. Правильный ответ: 1. Границы области задней поверхности грудной клетки: верхняя – линия проходящая через остистый отросток седьмого шейного позвонка и с акромиальные отростки лопаток; нижняя - нижний край реберной дуги; латеральная - средняя подмышечная линия. 2. Особенности выполнения приемов в данной области являются: выполнение большинства приемов двумя руками, глубокие приемы поглаживания и разминания производятся снизу вверх и в стороны к подмышечным лимфоузлам. В местах костных выступов (на лопатке) давление ослабляется. В межлопаточной области и области проекции почек приемы прерывистой ручной вибрации выполняются осторожно. 3. План массажа: а) подготовительный массаж поверхностных тканей; б) массаж поверхностного слоя мышц; в) массаж глубокого слоя мышц.
--	---	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестирование

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы								
ОК 08, ПК 1.2	Знания: -задачи профессионального и личностного развития, способы самообразования и пути повышения квалификации; -историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; -основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;	Задание 1. Установите последовательность режима двигательной активности в стационаре. 1) Расширенный постельный режим; 2) Строгий постельный режим; 3) Свободный режим; 4) Палатный режим. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td></tr></table> Задание 2. Установите последовательность периодов физической реабилитации при консервативном лечении переломов трубчатых костей: 1) Иммобилизационный; 2) Восстановительный; 3) Постиммобилизационный. Запишите соответствующую					2	1	4	3
2	1	4	3							

	-теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; -теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта. Умения: - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. - использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства	последовательность цифр слева направо: <table border="1" data-bbox="799 226 954 297"> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> Правильный ответ: <table border="1" data-bbox="799 369 954 441"> <tr> <td>1</td><td>3</td><td>2</td></tr> </table> Задание 3. Установите последовательность режима двигательной активности в санатории: 1) Тренирующий режим; 2) Щадящий режим; 3) Щадяще-тренирующий режим. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" data-bbox="799 772 954 844"> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> Правильный ответ: <table border="1" data-bbox="799 916 983 987"> <tr> <td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr> </table> Задание 4. Установите последовательность разделов всего курса ЛФК при нарушениях осанки: 1) Основной (4-5 недель) – используют все формы ЛФК в соответствии с двигательным режимом; 2) Заключительный (1-2 недели) - предусматривает обучение больных правильному выполнению упражнений в домашних условиях; 3) Подготовительный или вводный (1-2 недели) – применяются щадящие физические нагрузки. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" data-bbox="799 1574 954 1646"> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> Правильный ответ: <table border="1" data-bbox="799 1718 954 1789"> <tr> <td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr> </table> Задание 5. Установите последовательность этапов классического массажа: 1) Вибрация; 2) Разминание; 3) Растирание; 4) Поглаживание.				1	3	2				2	3	1				3	1	2
1	3	2																		
2	3	1																		
3	1	2																		

	соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:							
	- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>							
	- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;	Правильный ответ:							
	- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;	<table><tr><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table>	4	3	2	1			
	4	3	2	1					
	- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися.	Задание 6. Установите соответствие							
	- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;	Гимнастические упражнения классифицируют по признаку активности.							
	- оценивать процесс и результаты	К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:							
		<table><tr><th>Характеристика упражнения</th><th>Название упражнения</th></tr><tr><td>А) выполняет сам больной</td><td>1) пассивные</td></tr><tr><td>Б) выполняет сам больной с помощью инструктора ЛФК</td><td>2) активные</td></tr><tr><td>В) выполняются с помощью другого лица</td><td>3) активно-пассивные</td></tr></table>	Характеристика упражнения	Название упражнения	А) выполняет сам больной	1) пассивные	Б) выполняет сам больной с помощью инструктора ЛФК	2) активные	В) выполняются с помощью другого лица
Характеристика упражнения	Название упражнения								
А) выполняет сам больной	1) пассивные								
Б) выполняет сам больной с помощью инструктора ЛФК	2) активные								
В) выполняются с помощью другого лица	3) активно-пассивные								
	Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:								
	<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В					
А	Б	В							
	Правильный ответ:								
	<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table>	А	Б	В	2	3	1		
А	Б	В							
2	3	1							
	Задание 7. Установите соответствие								
	Поглаживание - механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса, не превышая тяжести кисти в центростремительном направлении. Различают разновидности приема поглаживание.								

	тренировочной и соревновательной деятельности.	К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:								
		<table><tr><th>Описание вида</th><th>Вид</th></tr><tr><td>А) применяется в области крупных суставов. Выполняются круговые движения в виде восьмерки двумя руками попеременно, большие пальцы отведены в стороны</td><td>1) попеременное</td></tr><tr><td>Б) выполняется двумя руками: одна рука заканчивает движение, другая переносится скрестно над ней и повторяет тоже движение, ближняя рука движется передним ходом, дальняя – обратным</td><td>2) комбинированное</td></tr><tr><td>В) выполняется двумя руками: одна рука, идущая прямым ходом, выполняет спиралевидное движение, а рука, идущая обратным ходом, выполняет прямолинейное движение</td><td>3) концентрическое</td></tr></table>	Описание вида	Вид	А) применяется в области крупных суставов. Выполняются круговые движения в виде восьмерки двумя руками попеременно, большие пальцы отведены в стороны	1) попеременное	Б) выполняется двумя руками: одна рука заканчивает движение, другая переносится скрестно над ней и повторяет тоже движение, ближняя рука движется передним ходом, дальняя – обратным	2) комбинированное	В) выполняется двумя руками: одна рука, идущая прямым ходом, выполняет спиралевидное движение, а рука, идущая обратным ходом, выполняет прямолинейное движение	3) концентрическое
		Описание вида	Вид							
		А) применяется в области крупных суставов. Выполняются круговые движения в виде восьмерки двумя руками попеременно, большие пальцы отведены в стороны	1) попеременное							
		Б) выполняется двумя руками: одна рука заканчивает движение, другая переносится скрестно над ней и повторяет тоже движение, ближняя рука движется передним ходом, дальняя – обратным	2) комбинированное							
В) выполняется двумя руками: одна рука, идущая прямым ходом, выполняет спиралевидное движение, а рука, идущая обратным ходом, выполняет прямолинейное движение	3) концентрическое									
Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:										
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В							
А	Б	В								
Правильный ответ:										
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr></table>	А	Б	В	3	1	2				
А	Б	В								
3	1	2								
Задание 8. Установите соответствие										
Существуют разновидности методических										

		приемов (движений) при выполнении массажа. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца: <table border="1"> <thead> <tr> <th>Характеристика приемов</th> <th>Название</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А) Массажист одной рукой фиксирует сустав, другой рукой, с небольшим воздействием, помогает массируемому выполнять сгибание и разгибание.</td> <td>1) Движения с сопротивлением</td> </tr> <tr> <td>Б) Массажист одной рукой фиксирует сустав; сгибание или разгибание в суставе выполняются одновременно массажистом и массируемым.</td> <td>2) Активные</td> </tr> <tr> <td>В) Выполняет массируемый, массажист оказывает сопротивление: массажист одной рукой фиксирует сустав, дает задание массируемому выполнять акт сгибания или разгибания, сам оказывает сопротивление.</td> <td>3) Активно-пассивные</td> </tr> <tr> <td>Г) Выполняет сам массируемый. Массажист фиксирует за сустав массируемого и дает задание выполнять акт сгибания и разгибания в данном суставе.</td> <td>4) Пассивные</td> </tr> </tbody> </table> Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>Г</td> </tr> </table>	Характеристика приемов	Название	А) Массажист одной рукой фиксирует сустав, другой рукой, с небольшим воздействием, помогает массируемому выполнять сгибание и разгибание.	1) Движения с сопротивлением	Б) Массажист одной рукой фиксирует сустав; сгибание или разгибание в суставе выполняются одновременно массажистом и массируемым.	2) Активные	В) Выполняет массируемый, массажист оказывает сопротивление: массажист одной рукой фиксирует сустав, дает задание массируемому выполнять акт сгибания или разгибания, сам оказывает сопротивление.	3) Активно-пассивные	Г) Выполняет сам массируемый. Массажист фиксирует за сустав массируемого и дает задание выполнять акт сгибания и разгибания в данном суставе.	4) Пассивные	А	Б	В	Г
Характеристика приемов	Название															
А) Массажист одной рукой фиксирует сустав, другой рукой, с небольшим воздействием, помогает массируемому выполнять сгибание и разгибание.	1) Движения с сопротивлением															
Б) Массажист одной рукой фиксирует сустав; сгибание или разгибание в суставе выполняются одновременно массажистом и массируемым.	2) Активные															
В) Выполняет массируемый, массажист оказывает сопротивление: массажист одной рукой фиксирует сустав, дает задание массируемому выполнять акт сгибания или разгибания, сам оказывает сопротивление.	3) Активно-пассивные															
Г) Выполняет сам массируемый. Массажист фиксирует за сустав массируемого и дает задание выполнять акт сгибания и разгибания в данном суставе.	4) Пассивные															
А	Б	В	Г													

Правильный ответ:			
А	Б	В	Г
4	3	1	2

Задание 9. Установите соответствие

На практике специалисты выделяют несколько основных приемов массажа (поглаживание, выжимание, разминание, потряхивание, растирание, активные и пассивные движения, движения с сопротивлением, ударные приемы, встряхивание), предлагая четко соблюдать их последовательность при проведении сеанса массажа. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Характеристика приема	Название приема
А)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса, не превышая тяжести кисти в центростремительном направлении	1) Разминание
Б)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением, ориентированным на уровень порога болевой чувствительности (УПБЧ) на протяжении одного пасса, в центростремительном направлении.	2) Растирание
В)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса в направлении независимо от тока крови и лимфы. Давление осуществляется	3) Выжимание

		по уровню порога болевой чувствительности на всю глубину подлежащих тканей	
		Г) Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с ритмично изменяющимся давлением от нуля до уровня порога болевой чувствительности на протяжении одного пасса, выполняемое спиралевидно в центроостремительном направлении	4) Вибрация
		Д) Передача массируемой поверхности ритмичных колебательных движений	5) Поглаживание

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
5	3	2	1	4

Задание 10. Установите соответствие

Существует различные средства лечебной физической культуры, которые отличаются друг от друга своими особенностями.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Характеристика	Средства
А) Физические упражнения	1) Основные
Б) Механотерапия	2) Дополнительные
В) Массаж	
Г) Природные факторы	
Д) Трудотерапия	
Е) Двигательный режим	

		Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>2</td><td>1</td><td>2</td><td>1</td></tr></table> Задание 11. Выберите правильный вариант ответа При приеме «Выжимание» движения рук массажиста должны быть направлены... 1) По ходу тока лимфы; 2) Против хода тока лимфы; 3) Поперек тока лимфы. Задание 12. Выберите правильный вариант ответа Особенность финского стиля разминания на мышцах – это... 1) Мышца приподнимается от костного ложа; 2) Мышца придавливается к костному ложу; 3) Выжимание; 4) Скручивание. Задание 13. Выберите правильный вариант ответа Главная функция живого организма, на которой основан эффект лечебной физической культуры – это... 1) Движение; 2) Рост; 3) Развитие; 4) Обмен веществ. Задание 14. Выберите правильный вариант ответа Упражнения, во время выполнения которых совершается движение, при этом изменяется длина мышцы, а ее напряжение остается неизменным называются... 1) Статическими; 2) Динамическими; 3) Основными; 4) Щадящими. Задание 15. Выберите правильный вариант ответа Одно из наиболее распространенных заболеваний стопы, появляющееся вследствие недостаточности развития мышц и связок –	А	Б	В	Г	Д	Е							А	Б	В	Г	Д	Е	1	2	2	1	2	1
А	Б	В	Г	Д	Е																					
А	Б	В	Г	Д	Е																					
1	2	2	1	2	1																					

		это... 1) Растяжение; 2) Плантография; 3) Плоскостопие; 4) Вывих. Задание 16. Дать ответ на вопрос: Что такое статические упражнения? Правильный ответ: статические (изометрические) упражнения, при выполнении которых повышается напряжение, но не изменяется длина мышцы и не происходит движение упражняемой части тела. Задание 17. Дать ответ на вопрос: Какое влияние массаж оказывает на кожу? Правильный ответ: Кожа очищается от отторгающихся роговых чешуек эпидермиса; улучшается секреторная функция потовых и сальных желез и очищаются их выводные отверстия от секрета; активируется лимфо- и кровообращение кожи, устраняется влияние венозного застоя, усиливается кровоснабжение кожи, в результате чего, значительно повышается ее сопротивляемость к механическим и температурным воздействиям; повышается кожно-мышечный тонус, что делает кожу гладкой, плотной и эластичной; улучшается местный и общий обмен, так как кожа принимает участие во всех обменных процессах в организме. Задание 18. Дать ответ на вопрос: Какие основные задачи лечебной гимнастики при плоскостопии? Правильный ответ: развитие основных функций стоп; обучение правильной постановке стоп при ходьбе; повышение тонуса, уменьшение длины передней большеберцовой, длинного разгибателя пальцев, длинного разгибателя первого пальца, коротких мышц стоп; увеличение длины, устранение гипертонусов трехглавой мышцы голени; укрепление сумочно-связочного аппарата и увеличение подвижности в суставах стоп; улучшение кровообращения стоп; улучшение
--	--	--

		координации движений. Задание 19. Дать ответ на вопрос: Какие варианты нарушения осанки в сагиттальной плоскости различают? Правильный ответ: нарушения осанки с увеличением физиологических изгибов позвоночника (сутуловатость, круглая спина, кругло-вогнутая спина) и нарушение осанки с уменьшением физиологических изгибов позвоночника (плоская, плоско-вогнутая спина). Задание 20. Дать ответ на вопрос: Какое влияние массаж оказывает на мышцы? Правильный ответ: увеличивает количество и диаметр раскрытых капилляров в мышцах, способствует вымыванию метаболитов, улучшает сократительную функцию, увеличивает силу мышц, улучшает трофику мышц, ускоряет восстановительные процессы в мышцах, повышает эластичность и тонус мышц, повышает работоспособность, укрепляет фасции. Задание 21. Установите последовательность. Каждое занятие лечебной гимнастикой состоит из трех частей: 1) Основной – 50-80% времени занятия, осуществляется общее и специальное тренирующее воздействие на организм; 2) Заключительной – 10-25 % общего времени – путем гимнастических и дыхательных упражнений постепенно снижается нагрузка; 3) Вводной – длительность 10-25 % от общего времени занятия, состоит из элементарных упражнений; его задача – постепенно подготовить организм больного к возрастающей нагрузке. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" data-bbox="812 1845 1283 1890"> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> Правильный ответ: <table border="1" data-bbox="812 1962 1283 2007"> <tr> <td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr> </table>				3	1	2
3	1	2						

	Задание 22. Установите последовательность. Расположите в правильной последовательности как массаж влияет на суставной аппарат: 1) Укрепляется сумочно-связочный аппарат, улучшается подвижность в суставе; 2) Улучшается кровоснабжение сустава и периартикулярных тканей, соединительно-тканых структур, ускоряется рассасывание суставного выпота. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>1</td></tr></table>			2	1			
2	1							
	Задание 23. Установите последовательность. Курс занятий ЛФК строится в зависимости от особенности сколиотической болезни и определяется лечебными задачами и их этапным решением: 1) В данном периоде лечебного курса, который продолжается до достижения стабилизации сколиоза и удовлетворительного решения других лечебных задач. С помощью общеразвивающих, специальных упражнений совершенствуется двигательная сфера ребенка, повышается качество основных движений, обеспечивается стимулирующее действие и нормализующее; 2) В данном периоде лечебного курса уточняются особенности индивидуального течения заболевания у ребенка. Определяются функциональные возможности опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной системы, определяется уровень физической подготовленности больного; 3) Данный период лечебного курса используется для закрепления достигнутых результатов лечения и выработки необходимого двигательного режима и рекомендаций, для исполнения в домашних условиях или в детском учреждении. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr></table>				2	1	3	
2	1	3						

	Задание 24. Установите последовательность упражнений в вводной части занятия ЛФК при нарушениях осанки: 1) Упражнения на мышцы спины; 2) Упражнения на мышцы головы; 3) Упражнения на мышцы плечевого пояса. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> Задание 25. Установите последовательность. Во время массажа воздействие на ткани происходит послойное: 1) Подкожная клетчатка; 2) Мышцы; 3) Кожа. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr></table> Задание 26. Установите соответствие. Лечебная физкультура (ЛФК) — метод лечения, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью для восстановления здоровья и трудоспособности больного, предупреждения осложнений и последствий патологического процесса. Существуют несколько определений понятия ЛФК с точки зрения методов терапии. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца: <table><tr><th>Характеристика метода</th><th>Название метода</th></tr><tr><td>А)Регулярная дозированная тренировка стимулирует и приспособливает отдельные системы и</td><td>1)Метод неспецифической терапии</td></tr></table>				2	3	1				3	1	2	Характеристика метода	Название метода	А)Регулярная дозированная тренировка стимулирует и приспособливает отдельные системы и	1)Метод неспецифической терапии
2	3	1															
3	1	2															
Характеристика метода	Название метода																
А)Регулярная дозированная тренировка стимулирует и приспособливает отдельные системы и	1)Метод неспецифической терапии																

		весь организм больного к возрастающим физическим нагрузкам, в конечном итоге приводя к развитию функциональной адаптации больного.		
		Б)Физические упражнения выполняют роль неспецифических раздражителей. В связи с активацией нейрогуморальных механизмов регуляции физиологических функций ЛФК оказывает системное воздействие на организм больного.	2)Метод патогенетической терапии	
		В)Систематическое применение физических упражнений влияет на реактивность организма, изменяя ее общие и местные проявления.	3)Метод активной функциональной терапии	
		Г)Применяется обычно на завершающих этапах медицинской реабилитации, а также в пожилом возрасте.	4)Метод поддерживающей терапии	
		Д)При осуществлении комплексного лечения больных ЛФК успешно сочетают с медикаментозной терапией и с различными физическими методами лечения.	5)Метод восстановительной терапии	
		Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:		
А	Б	В	Г	Д
Правильный ответ:				

А	Б	В	Г	Д
3	1	2	4	5

Задание 27. Установите соответствие.

Основным средством ЛФК являются физические упражнения, используемые с лечебно-профилактической целью. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Виды упражнений	Определение
А)Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	1)Локального характера, задействовано до 30% мышечной массы
Б)Общеукрепляющие упражнения (ОУУ)	2)Предполагают вовлечение в работу 50-80% мышечных групп
В)Общетонизирующие упражнения (ОТУ)	3)Непосредственно влияют на пораженную систему, больной орган, травматический очаг. Задействованы мышечные группы поврежденного сегмента или органа.
Г)Специальные упражнения (СУ)	4)По характеру региональные, задействовано до 50% мышечной массы

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
2	4	1	3

Задание 28. Установите соответствие.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

		Основные понятия	Определение
		А)Надкостница	1)Это широкая сухожильная пластинка, сформированная из плотных коллагеновых и эластических волокон, практически лишен кровеносных сосудов и нервных окончаний
		Б)Апоневроз	2)Соединительнотканый тяж, расположенный на узком конце мышцы. Оно прикрепляет мышцу к кости, закрепляясь на надкостнице (наружном слое кости).
		В)Фасция	3)Это тонкая оболочка любой кости, состоящая из плотной соединительной ткани, в которой находится разветвленная сеть нервов и кровеносных сосудов.
		Г)Сухожилие	4)Соединительнотканная оболочка, покрывающая органы, сосуды, нервы и образующая футляры для мышц; выполняет опорную и трофическую функции.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
3	1	4	2

Задание 29. Установите соответствие.
К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Механизмы	Названия
А)Массажные приемы	1)Нервно-

		оказывают механическое воздействие на ткани в виде трения, давления, смещения, согревания и т.д., которое способствует усилению циркуляции лимфы, крови, улучшению эластичности тканей, ускоряет образование тепла, улучшает питание, очищает кожу от омертвевших клеток поверхностного слоя, устраняет застойные явления в организме, усиливает обмен веществ и кожное дыхание в массируемом участке тела	рефлекторный механизм
		Б)Механические раздражения оказывают воздействия на рецептивное поле (рецепторы), через которое передаются сигналы в ЦНС, вызывающие функциональные сдвиги в организме	2)Гуморальный механизм
		В)Обусловлен тем, что под влиянием массажа в коже образуются и поступают в кровь биологически активные вещества (тканевые гормоны), при помощи которых происходят сосудистые реакции, передача нервных импульсов и другие процессы	3)Механический фактор

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
3	1	2

Задание 30. Установите соответствие.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Основные понятия	Определение
А)Пасс	1)Движение руки массажиста. Различают короткий (движение руки не проходит через сустав) и длинный (охватывается сустав)
Б)Обратный ход	2)Массажные движения в центростремительном направлении, при котором большой и указательный пальцы (межпальцевая вырезка) направлены в сторону движения
В)Прямой ход	3)Это движение в том же направлении, при котором мизинец направлен в сторону движения
Г)Рабочий сегмент	4)Это участок, который планируется для обработки
Д)Рабочая поверхность	5)Это та поверхность руки, которой выполняется прием

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	3	2	4	5

Задание 31. Выберите правильный вариант ответа

Временное или постоянное замещение

		нарушенных функций под действием дозированной мышечной нагрузки это ... 1) Тонизирующее действие физических упражнений; 2) Трофическое действие физических упражнений; 3) Формирование компенсаций. Задание 32. Выберите правильный вариант ответа УПБЧ – это ... 1) Уровень продолжительности болевой чувствительности; 2) Уровень порога болевой чувствительности; 3) Увеличение порога болевой чувствительности. Задание 33. Выберите правильный вариант ответа Характерно увеличение грудного кифоза с почти полным отсутствием поясничного лордоза для... 1) Плоско-вогнутой спины; 2) Круглой спины; 3) Плоской спины; 4) Кругло-вогнутой спины. Задание 34. Выберите правильный вариант ответа Этот прием массажа проводится на мелких суставах; подушечки четырех пальцев располагаются с одной стороны, подушечка большого пальца – с другой, поглаживание выполняется одновременно подушечками всех пальцев: 1) Щипцеобразное поглаживание; 2) Концентрическое поглаживание; 3) Комбинированное поглаживание; 4) Гребнеобразное поглаживание. Задание 35. Выберите правильный вариант ответа Это растирание выполняется на спине двумя руками (подушечки широко разведенных пальцев делают зигзагообразные движения от трапецевидной мышцы вниз к пояснице, энергично нажимая на всю глубину подлежащих тканей), затем у поясницы пальцы сгибаются под прямым углом к ладони и выполняют прямолинейное растирание тыльной стороной
--	--	---

		пальцев к шее: 1) Граблеобразное; 2) Пиление; 3) Щипцы. Задание 36. Дать ответ на вопрос: Что такое сколиоз? Правильный ответ: Сколиоз – тяжелое прогрессирующее заболевание позвоночного столба, характеризующееся дугообразным искривлением во фронтальной плоскости и скручиванием позвонков вокруг вертикальной оси. Задание 37. Дать ответ на вопрос: Что такое осанка? Правильный ответ: Осанка – привычная поза непринужденно стоящего человека. Задание 38. Дать ответ на вопрос: Что такое механотерапия? Правильный ответ: Метод лечебной физкультуры, основанный на выполнении движений с помощью специальных аппаратов. Задание 39. Дать ответ на вопрос: Что такое идеомоторные упражнения? Правильный ответ: Идеомоторные упражнения – выполняемые мысленно, они не только вызывают слабое сокращение мышц, но и улучшают их функциональное состояние, оказывают трофическое действие. Эти упражнения применяются при параличах и парезах, при длительной иммобилизации, когда больной не может активно выполнять упражнения. Задание 40. Дать ответ на вопрос: Что такое восточная система массажа?
--	--	---

		Правильный ответ: Носит преимущественно энергетический характер. Все проводимые манипуляции направлены на достижение баланса в организме.
--	--	---

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестирование											
ОК 08, ПК 1.2	Знания: -задачи профессионального и личностного развития, способы самообразования и пути повышения квалификации; -историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта; -основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта; -теорию спортивных соревнований, принципы организации	Задание 1. Установите последовательность режима двигательной активности в стационаре. 1) Расширенный постельный режим; 2) Строгий постельный режим; 3) Свободный режим; 4) Палатный режим. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td></tr></table> Задание 2. Установите последовательность периодов физической реабилитации при консервативном лечении переломов трубчатых костей: 1) Иммобилизационный; 2) Восстановительный; 3) Постиммобилизационный. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>					2	1	4	3			
2	1	4	3										

соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта; -теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта. Умения: - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. - использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных	Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>1</td><td>3</td><td>2</td></tr></table> Задание 3. Установите последовательность режима двигательной активности в санатории: 1) Тренирующий режим; 2) Щадящий режим; 3) Щадяще-тренирующий режим. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> Задание 4. Установите последовательность разделов всего курса ЛФК при нарушениях осанки: 1) Основной (4-5 недель) – используют все формы ЛФК в соответствии с двигательным режимом; 2) Заключительный (1-2 недели) - предусматривает обучение больных правильному выполнению упражнений в домашних условиях; 3) Подготовительный или вводный (1-2 недели) – применяются щадящие физические нагрузки. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr></table> Задание 5. Установите последовательность этапов классического массажа: 1) Вибрация; 2) Разминание; 3) Растирание; 4) Поглаживание. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ:	1	3	2				2	3	1				3	1	2				
1	3	2																		
2	3	1																		
3	1	2																		

особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся; - подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; -устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися. - проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; - оценивать процесс и результаты тренировочной и	<table><tr><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table>	4	3	2	1	Задание 6. Установите соответствие Гимнастические упражнения классифицируют по признаку активности. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца: <table><tr><th>Характеристика упражнения</th><th>Название упражнения</th></tr><tr><td>А) выполняет сам больной</td><td>1) пассивные</td></tr><tr><td>Б) выполняет сам больной с помощью инструктора ЛФК</td><td>2) активные</td></tr><tr><td>В) выполняются с помощью другого лица</td><td>3) активно-пассивные</td></tr></table>	Характеристика упражнения	Название упражнения	А) выполняет сам больной	1) пассивные	Б) выполняет сам больной с помощью инструктора ЛФК	2) активные	В) выполняются с помощью другого лица	3) активно-пассивные
	4	3	2	1										
	Характеристика упражнения	Название упражнения												
	А) выполняет сам больной	1) пассивные												
	Б) выполняет сам больной с помощью инструктора ЛФК	2) активные												
	В) выполняются с помощью другого лица	3) активно-пассивные												
	<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В				Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:						
	А	Б	В											
	<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table>	А	Б	В	2	3	1	Правильный ответ:						
А	Б	В												
2	3	1												
	Задание 7. Установите соответствие Поглаживание - механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса, не превышая тяжести кисти в центростремительном направлении. Различают разновидности приема поглаживание. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца: <table><tr><th>Описание вида</th><th>Вид</th></tr><tr><td>А) применяется в области крупных суставов.</td><td>1) попеременное</td></tr></table>	Описание вида	Вид	А) применяется в области крупных суставов.	1) попеременное									
Описание вида	Вид													
А) применяется в области крупных суставов.	1) попеременное													

	соревновательной деятельности; Навыки и/или опыт деятельности: - определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.	Выполняются круговые движения в виде восьмерки двумя руками попеременно, большие пальцы отведены в стороны											
		Б) выполняется двумя руками: одна рука заканчивает движение, другая переносится скрестно над ней и повторяет тоже движение, ближняя рука движется передним ходом, дальняя – обратным	2) комбинированное										
		В) выполняется двумя руками: одна рука, идущая прямым ходом, выполняет спиралевидное движение, а рука, идущая обратным ходом, выполняет прямолинейное движение	3) концентрическое										
		Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr></table> Задание 8. Установите соответствие Существуют разновидности методических приемов (движений) при выполнении массажа. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:		А	Б	В				А	Б	В	3
А	Б	В											
А	Б	В											
3	1	2											

Характеристика приемов	Название
-------------------------------	-----------------

		А) Массажист одной рукой фиксирует сустав, другой рукой, с небольшим воздействием, помогает массируемому выполнять сгибание и разгибание.	1) Движения с сопротивлением
		Б) Массажист одной рукой фиксирует сустав; сгибание или разгибание в суставе выполняются одновременно массажистом и массируемым.	2) Активные
		В) Выполняет массируемый, массажист оказывает сопротивление: массажист одной рукой фиксирует сустав, дает задание массируемому выполнять акт сгибания или разгибания, сам оказывает сопротивление.	3) Активно-пассивные
		Г) Выполняет сам массируемый. Массажист фиксирует за сустав массируемого и дает задание выполнять акт сгибания и разгибания в данном суставе.	4) Пассивные

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
4	3	1	2

Задание 9. Установите соответствие

На практике специалисты выделяют

		несколько основных приемов массажа (поглаживание, выжимание, разминание, потряхивание, растирание, активные и пассивные движения, движения с сопротивлением, ударные приемы, встряхивание), предлагая четко соблюдать их последовательность при проведении сеанса массажа. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца: <table><tr><th>Характеристика приема</th><th>Название приема</th></tr><tr><td>А)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса, не превышая тяжести кисти в центроостремительном направлении</td><td>1) Разминание</td></tr><tr><td>Б)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением, ориентированным на уровень порога болевой чувствительности (УПБЧ) на протяжении одного пасса, в центроостремительном направлении.</td><td>2) Растирание</td></tr><tr><td>В)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса в направлении независимо от тока крови и лимфы. Давление осуществляется по уровню порога болевой чувствительности на всю глубину подлежащих тканей</td><td>3) Выжимание</td></tr><tr><td>Г)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с ритмично изменяющимся</td><td>4) Вибрация</td></tr></table>	Характеристика приема	Название приема	А)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса, не превышая тяжести кисти в центроостремительном направлении	1) Разминание	Б)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением, ориентированным на уровень порога болевой чувствительности (УПБЧ) на протяжении одного пасса, в центроостремительном направлении.	2) Растирание	В)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса в направлении независимо от тока крови и лимфы. Давление осуществляется по уровню порога болевой чувствительности на всю глубину подлежащих тканей	3) Выжимание	Г)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с ритмично изменяющимся	4) Вибрация
Характеристика приема	Название приема											
А)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса, не превышая тяжести кисти в центроостремительном направлении	1) Разминание											
Б)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением, ориентированным на уровень порога болевой чувствительности (УПБЧ) на протяжении одного пасса, в центроостремительном направлении.	2) Растирание											
В)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с постоянным давлением на протяжении одного пасса в направлении независимо от тока крови и лимфы. Давление осуществляется по уровню порога болевой чувствительности на всю глубину подлежащих тканей	3) Выжимание											
Г)Механическое воздействие на биологическую ткань руками массажиста с ритмично изменяющимся	4) Вибрация											

		давлением от нуля до уровня порога болевой чувствительности на протяжении одного пасса, выполняемое спиралевидно в центростремительном направлении	
		Д) Передача массируемой поверхности ритмичных колебательных движений	5) Поглаживание

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
5	3	2	1	4

Задание 10. Установите соответствие

Существует различные средства лечебной физической культуры, которые отличаются друг от друга своими особенностями.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Характеристика	Средства
А) Физические упражнения	1) Основные
Б) Механотерапия	2) Дополнительные
В) Массаж	
Г) Природные факторы	
Д) Трудотерапия	
Е) Двигательный режим	

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д	Е

Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д	Е
1	2	2	1	2	1

Задание 11. Выберите правильный вариант ответа

		При приеме «Выжимание» движения рук массажиста должны быть направлены... 1) По ходу тока лимфы; 2) Против хода тока лимфы; 3) Поперек тока лимфы. Задание 12. Выберите правильный вариант ответа Особенность финского стиля разминания на мышцах – это... 1) Мышца приподнимается от костного ложа; 2) Мышца придавливается к костному ложу; 3) Выжимание; 4) Скручивание. Задание 13. Выберите правильный вариант ответа Главная функция живого организма, на которой основан эффект лечебной физической культуры – это... 1) Движение; 2) Рост; 3) Развитие; 4) Обмен веществ. Задание 14. Выберите правильный вариант ответа Упражнения, во время выполнения которых совершается движение, при этом изменяется длина мышцы, а ее напряжение остается неизменным называются... 1) Статическими; 2) Динамическими; 3) Основными; 4) Щадящими. Задание 15. Выберите правильный вариант ответа Одно из наиболее распространенных заболеваний стопы, появляющееся вследствие недостаточности развития мышц и связок – это... 1) Растяжение; 2) Плантография; 3) Плоскостопие; 4) Вывих. Задание 16. Дать ответ на вопрос: Что такое статические упражнения? Правильный ответ: статические (изометрические) упражнения, при выполнении которых повышается напряжение, но не изменяется длина мышцы и не происходит движение упражняемой части тела.
--	--	--

		Задание 17. Дать ответ на вопрос: Какое влияние массаж оказывает на кожу? Правильный ответ: Кожа очищается от отторгающихся роговых чешуек эпидермиса; улучшается секреторная функция потовых и сальных желез и очищаются их выводные отверстия от секрета; активируется лимфо- и кровообращение кожи, устраняется влияние венозного застоя, усиливается кровоснабжение кожи, в результате чего, значительно повышается ее сопротивляемость к механическим и температурным воздействиям; повышается кожно-мышечный тонус, что делает кожу гладкой, плотной и эластичной; улучшается местный и общий обмен, так как кожа принимает участие во всех обменных процессах в организме. Задание 18. Дать ответ на вопрос: Какие основные задачи лечебной гимнастики при плоскостопии? Правильный ответ: развитие основных функций стоп; обучение правильной постановке стоп при ходьбе; повышение тонуса, уменьшение длины передней большеберцовой, длинного разгибателя пальцев, длинного разгибателя первого пальца, коротких мышц стоп; увеличение длины, устранение гипертонусов трехглавой мышцы голени; укрепление сумочно-связочного аппарата и увеличение подвижности в суставах стоп; улучшение кровообращения стоп; улучшение координации движений. Задание 19. Дать ответ на вопрос: Какие варианты нарушения осанки в сагиттальной плоскости различают? Правильный ответ: нарушения осанки с увеличением физиологических изгибов позвоночника (сутуловатость, круглая спина, кругло-вогнутая спина) и нарушение осанки с уменьшением физиологических изгибов позвоночника (плоская, плоско-вогнутая спина). Задание 20. Дать ответ на вопрос: Какое влияние массаж оказывает на мышцы?
--	--	--

Правильный ответ:

увеличивает количество и диаметр раскрытых капилляров в мышцах, способствует вымыванию метаболитов, улучшает сократительную функцию, увеличивает силу мышц, улучшает трофику мышц, ускоряет восстановительные процессы в мышцах, повышает эластичность и тонус мышц, повышает работоспособность, укрепляет фасции.

Задание 21. Установите последовательность.

Каждое занятие лечебной гимнастикой состоит из трех частей:

- 1) Основной – 50-80% времени занятия, осуществляется общее и специальное тренирующее воздействие на организм;
- 2) Заключительной – 10-25 % общего времени – путем гимнастических и дыхательных упражнений постепенно снижается нагрузка;
- 3) Вводной – длительность 10-25 % от общего времени занятия, состоит из элементарных упражнений; его задача – постепенно подготовить организм больного к возрастающей нагрузке.

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--

Правильный ответ:

3	1	2
---	---	---

Задание 22. Установите последовательность.

Расположите в правильной последовательности как массаж влияет на суставной аппарат:

- 1) Укрепляется сумочно-связочный аппарат, улучшается подвижность в суставе;
- 2) Улучшается кровоснабжение сустава и периартикулярных тканей, соединительно-тканых структур, ускоряется рассасывание суставного выпота.

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--

Правильный ответ:

2	1
---	---

Задание 23. Установите последовательность.

Курс занятий ЛФК строится в зависимости от

		особенности сколиотической болезни и определяется лечебными задачами и их этапным решением: 1) В данном периоде лечебного курса, который продолжается до достижения стабилизации сколиоза и удовлетворительного решения других лечебных задач. С помощью общеразвивающих, специальных упражнений совершенствуется двигательная сфера ребенка, повышается качество основных движений, обеспечивается стимулирующее действие и нормализующее; 2) В данном периоде лечебного курса уточняются особенности индивидуального течения заболевания у ребенка. Определяются функциональные возможности опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной системы, определяется уровень физической подготовленности больного; 3) Данный период лечебного курса используется для закрепления достигнутых результатов лечения и выработки необходимого двигательного режима и рекомендаций, для исполнения в домашних условиях или в детском учреждении. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> Правильный ответ: <table border="1"> <tr> <td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> </table> Задание 24. Установите последовательность упражнений в вводной части занятия ЛФК при нарушениях осанки: 1) Упражнения на мышцы спины; 2) Упражнения на мышцы головы; 3) Упражнения на мышцы плечевого пояса. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> Правильный ответ: <table border="1"> <tr> <td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr> </table> Задание 25. Установите последовательность. Во время массажа воздействие на ткани происходит послойное: 1) Подкожная клетчатка; 2) Мышцы; 3) Кожа.				2	1	3				2	3	1
2	1	3												
2	3	1												

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--

Правильный ответ:

3	1	2
---	---	---

Задание 26. Установите соответствие.

Лечебная физкультура (ЛФК) — метод лечения, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью для восстановления здоровья и трудоспособности больного, предупреждения осложнений и последствий патологического процесса. Существуют несколько определений понятия ЛФК с точки зрения методов терапии.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Характеристика метода	Название метода
А)Регулярная дозированная тренировка стимулирует и приспособливает отдельные системы и весь организм больного к возрастающим физическим нагрузкам, в конечном итоге приводя к развитию функциональной адаптации больного.	1)Метод неспецифической терапии
Б)Физические упражнения выполняют роль неспецифических раздражителей. В связи с активацией нейрогуморальных механизмов регуляции физиологических функций ЛФК оказывает системное воздействие на организм больного.	2)Метод патогенетической терапии
В)Систематическое применение физических упражнений влияет на реактивность организма, изменяя ее общие и	3)Метод активной функциональной терапии

		местные проявления.	
		Г)Применяется обычно на завершающих этапах медицинской реабилитации, а также в пожилом возрасте.	4)Метод поддерживающей терапии
		Д)При осуществлении комплексного лечения больных ЛФК успешно сочетают с медикаментозной терапией и с различными физическими методами лечения.	5)Метод восстановительной терапии

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
3	1	2	4	5

Задание 27. Установите соответствие.
Основным средством ЛФК являются физические упражнения, используемые с лечебно-профилактической целью. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Виды упражнений	Определение
А)Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	1)Локального характера, задействовано до 30% мышечной массы
Б)Общеукрепляющие упражнения (ОУУ)	2)Предполагают вовлечение в работу 50-80% мышечных групп
В)Общетонизирующие упражнения (ОТУ)	3)Непосредственно влияют на пораженную систему, больной орган, травматический очаг. Задействованы мышечные группы

			поврежденного сегмента или органа.
	Г)Специальные упражнения (СУ)	4)По характеру региональные, задействовано до 50% мышечной массы	
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:			
	А	Б	В
Правильный ответ:			
	А	Б	В
	2	4	1
			3
Задание 28. Установите соответствие. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:			
	Основные понятия	Определение	
	А)Надкостница	1)Это широкая сухожильная пластинка, сформированная из плотных коллагеновых и эластических волокон, практически лишен кровеносных сосудов и нервных окончаний	
	Б)Апоневроз	2)Соединительнотканый тяж, расположенный на узком конце мышцы. Оно прикрепляет мышцу к кости, закрепляясь на надкостнице (наружном слое кости).	
	В)Фасция	3)Это тонкая оболочка любой кости, состоящая из плотной соединительной ткани, в которой находится разветвленная сеть нервов и кровеносных сосудов.	
	Г)Сухожилие	4)Соединительнотканная оболочка, покрывающая	

		органы, сосуды, нервы и образующая футляры для мышц; выполняет опорную и трофическую функции.
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:		
А	Б	В
Правильный ответ:		
А	Б	В
3	1	4
Задание 29. Установите соответствие. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:		
Механизмы	Названия	
А)Массажные приемы оказывают механическое воздействие на ткани в виде трения, давления, смещения, согревания и т.д., которое способствует усилению циркуляции лимфы, крови, улучшению эластичности тканей, ускоряет образование тепла, улучшает питание, очищает кожу от омертвевших клеток поверхностного слоя, устраняет застойные явления в организме, усиливает обмен веществ и кожное дыхание в массируемом участке тела	1)Нервно-рефлекторный механизм	
Б)Механические раздражения оказывают воздействия на рецептивное поле (рецепторы), через которое передаются сигналы в ЦНС,	2)Гуморальный механизм	

		<table><tr><td>вызывающие функциональные сдвиги в организме</td><td></td></tr><tr><td>В)Обусловлен тем, что под влиянием массажа в коже образуются и поступают в кровь биологически активные вещества (тканевые гормоны), при помощи которых происходят сосудистые реакции, передача нервных импульсов и другие процессы</td><td>3)Механический фактор</td></tr></table>	вызывающие функциональные сдвиги в организме		В)Обусловлен тем, что под влиянием массажа в коже образуются и поступают в кровь биологически активные вещества (тканевые гормоны), при помощи которых происходят сосудистые реакции, передача нервных импульсов и другие процессы	3)Механический фактор
вызывающие функциональные сдвиги в организме						
В)Обусловлен тем, что под влиянием массажа в коже образуются и поступают в кровь биологически активные вещества (тканевые гормоны), при помощи которых происходят сосудистые реакции, передача нервных импульсов и другие процессы	3)Механический фактор					

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
3	1	2

Задание 30. Установите соответствие.
К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Основные понятия	Определение
А)Пасс	1)Движение руки массажиста. Различают короткий (движение руки не проходит через сустав) и длинный (охватывается сустав)
Б)Обратный ход	2)Массажные движения в центростремительном направлении, при котором большой и указательный пальцы (межпальцевая вырезка) направлены в сторону движения
В)Прямой	3)Это движение в том же

ход	направлении, при котором мизинец направлен в сторону движения
Г)Рабочий сегмент	4)Это участок, который планируется для обработки
Д)Рабочая поверхность	5)Это та поверхность руки, которой выполняется прием

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	3	2	4	5

Задание 31. Выберите правильный вариант ответа
Временное или постоянное замещение нарушенных функций под действием дозированной мышечной нагрузки это ...

1) Тонизирующее действие физических упражнений;
2) Трофическое действие физических упражнений;
3) **Формирование компенсаций.**

Задание 32. Выберите правильный вариант ответа
УПБЧ – это ...

1) Уровень продолжительности болевой чувствительности;
2) **Уровень порога болевой чувствительности;**
3) Увеличение порога болевой чувствительности.

Задание 33. Выберите правильный вариант ответа
Характерно увеличение грудного кифоза с почти полным отсутствием поясничного лордоза для...

1) Плоско-вогнутой спины;
2) **Круглой спины;**
3) Плоской спины;
4) Кругло-вогнутой спины.

Задание 34. Выберите правильный вариант ответа
Этот прием массажа проводится на мелких суставах; подушечки четырех пальцев располагаются с одной стороны, подушечка

		большого пальца – с другой, поглаживание выполняется одновременно подушечками всех пальцев: 1) Щипцеобразное поглаживание; 2) Концентрическое поглаживание; 3) Комбинированное поглаживание; 4) Гребнеобразное поглаживание. Задание 35. Выберите правильный вариант ответа Это растирание выполняется на спине двумя руками (подушечки широко разведенных пальцев делают зигзагообразные движения от трапециевидной мышцы вниз к пояснице, энергично нажимая на всю глубину подлежащих тканей), затем у поясницы пальцы сгибаются под прямым углом к ладони и выполняют прямолинейное растирание тыльной стороной пальцев к шее: 1) Граблеобразное; 2) Пиление; 3) Щипцы. Задание 36. Дать ответ на вопрос: Что такое сколиоз? Правильный ответ: Сколиоз – тяжелое прогрессирующее заболевание позвоночного столба, характеризующееся дугообразным искривлением во фронтальной плоскости и скручиванием позвонков вокруг вертикальной оси. Задание 37. Дать ответ на вопрос: Что такое осанка? Правильный ответ: Осанка – привычная поза непринужденно стоящего человека. Задание 38. Дать ответ на вопрос: Что такое механотерапия? Правильный ответ: Метод лечебной физкультуры, основанный на выполнении движений с помощью специальных аппаратов. Задание 39. Дать ответ на вопрос:
--	--	--

		Что такое идеомоторные упражнения? Правильный ответ: Идеомоторные упражнения – выполняемые мысленно, они не только вызывают слабое сокращение мышц, но и улучшают их функциональное состояние, оказывают трофическое действие. Эти упражнения применяются при параличах и парезах, при длительной иммобилизации, когда больной не может активно выполнять упражнения. Задание 40. Дать ответ на вопрос: Что такое восточная система массажа? Правильный ответ: Носит преимущественно энергетический характер. Все проводимые манипуляции направлены на достижение баланса в организме.
--	--	---

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

МДК.02.03. Основы спортивного ориентирования

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 г № 968.
- учебным планом специальности подготовки 49.02.01 Физическая культура от 22.02.2023 г и одобрен Ученым советом вуза протокол № 6 от 16. 02.2023 г
- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС к.б.н., доцент Набиуллин Р.Р., преподаватель Акберова А.И.

V. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Основы спортивного ориентирования».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 43.02.01 Физическая культура.

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в соответствии с ФГОС профессии/специальности 43.02.01 Физическая культура дисциплины «Основы спортивного ориентирования»:

знания:

a. историю развития и современного состояния спортивного ориентирования, место и значение в физической культуре, науке и образовании;

b. взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития;

c. значение и логику целеполагания в обучении, воспитании в педагогической деятельности;

d. принципы обучения и воспитания;

e. понятие дисциплинарной и материальной – номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;

f. приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации.

умения:

– оценивать постановку цели и задач уроков, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;

– анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**:

ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 6. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских

духовно-нравственных ценностей, в том числе с учётом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 7. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ПК 3.5. Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1.				
	ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5	Устный опрос	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
МОДУЛЬ 2.	ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5	Защита презентации	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по				10

электронному журналу:	
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:	50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5	Выполнение тестовых заданий к дифференцированному зачету или ответ на вопросы к дифференцированному зачету	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
		макс: 50 баллов	

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
	Не аттестован	0 – 14
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	аттестован	15 – 32

	Низкий Средний Высокий	33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5		1. Спортивное ориентирование как вид спорта. Правильный ответ: Спортивное ориентирование — вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти неизвестную им трассу (дистанцию) через контрольные пункты (КП), расположенные на местности. Результаты определяются по времени прохождения дистанции (в определённых случаях с учётом штрафного времени) или по количеству набранных очков. 2. История зарождения и развития спортивного ориентирования. Правильный ответ: 13 мая в 1897 году спортивное общество «Турференинг» в Норвегии устроило первые соревнования в беге с картой и компасом. 17 марта 1901 года спортивный клуб Сундбюберг провел первые документированные гражданские соревнования в Швеции.

		13 марта 1904 года была проведена четырехэтапная эстафета на лыжах общей протяженностью 50 км в Финляндии. Первые всесоюзные соревнования в СССР состоялись летом 1963 года в Карпатах, в Ужгороде. Впервые сборная команда СССР участвовала в международных соревнованиях в 1965 г. в Чехословакии. 3. Условные знаки. Правильный ответ: Семь групп условных знаков: рельеф местности (коричневый); скалы и камни (черный); гидрография (синий); растительность (зеленый, желтый); искусственные сооружения (черный, серый); знаки дистанции (пурпурный); дороги и тропы (черный). 4. Системы электронной отметки. Правильный ответ: Электронный чип (chip) — это микросхема, миниатюрное электронное устройство. Система отметки представляет собой программно-аппаратный комплекс, включающий соответствующие электронные устройства и программное обеспечение. Сейчас в мире активно используются две системы — Emit и SportIdent. 5. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Правильный ответ: По взаимодействию спортсменов (индивидуальные, эстафетные, групповые); По способу организации старта (раздельный, гандикап, общий); По характеру зачета результатов (личные, лично-командные, командные); По способу определения результата соревнований (однократные, многократные, квалификационные); По времени проведения соревнований (дневные, ночные). 6. Линейные ориентиры. Правильный ответ: Объекты, имеющие существенную длину на местности и отображающиеся на топографической карте линейными условными знаками. К ним относятся дороги, просеки, реки и ручьи, линии электропередач. 7. Проведение соревнований по спортивному ориентированию в формате «лабиринт». Правильный ответ: Это вид спортивного ориентирования, в
--	--	--

		котором участники при помощи карты должны пройти заданное число контрольных пунктов (КП), расположенных на специально созданной для этого искусственной местности. Результат участников определяется по времени и правильности прохождения дистанции. Искусственная местность состоит из совокупности стандартных объектов, расположенных на небольшой, ровной, открытой площадке (спортзал). 8. Виды дистанций по спортивному ориентированию. Правильный ответ: Ориентирование в заданном направлении; ориентирование по выбору; ориентирование на маркированной трассе; ориентирование по тропам; рогейн. 9. Понятие тактика в спортивном ориентировании. Правильный ответ: Тактика - это рациональное использование техники ориентирования и физических возможностей в ходе соревнований. 10. Способы ориентирования. Правильный ответ: - По направлению (по грубому азимуту). Используется на длинных этапах, на бедной ориентирами и хорошо проходимой местности, когда вблизи КП есть крупный однозначный ориентир. Спортсмен бежит не на КП, а к этому ориентиру. Контроль за направлением осуществляется периодическим контролем стрелки компаса, а также по солнцу и промежуточным ориентирам. Контроль за расстоянием почти не осуществляется. - По направлению с чтением карты. Определив направление движения возле исходного КП, спортсмен в дальнейшем старается выдержать это направление, контролируя себя по промежуточным ориентирам. Способ применяется на хорошо проходимой и просматриваемой местности, не особенно богатой ориентирами, на этапах длиной 400–600 м. Контроль расстояния – по промежуточным ориентирам. - По азимуту. Спортсмен использует, как правило, два элемента ориентирования: точный азимут и точное определение расстояния счетом шагов. Это один из самых надежных способов, предпочтителен на небогатой ориентирами местности, когда нужно попасть на точечный объект, например холмик в труднопроходимом
--	--	--

		лесу, в 150 м от перекрестка просек. - По азимуту с чтением карты. К движению по точному азимуту добавляются подробное чтение карты и постоянное сопоставление ее с местностью. Способ целесообразен при движении по насыщенной одинаковыми ориентирами местности, чаще при движении от опорного ориентира к КП, и является самым точным и сложным. - Бег по линейным ориентирам. Участник использует для бега преимущественно линейные ориентиры: дороги, просеки, границы леса. Способ применяется при прохождении длинных этапов по равнинной местности с труднопроходимым лесом и большим количеством линейных ориентиров, является наиболее быстрым, однако приводит к увеличению длины пробегаемой дистанции. - Бег с точным чтением карты. Спортсмен использует для движения различные формы рельефа, различные объекты, хорошо видимые один от другого. Способ применяется на местности с хорошей видимостью и богатой ориентирами. Определение направления движения и расстояний осуществляется по взаимному расположению объектов. 7. Выбор рационального пути движения. Ориентировщик, учитывая свои способности и подготовку, старается при помощи чтения карты найти оптимальный путь движения на КП. При этом выбираемый путь должен быть простым, надежным и проходиться в минимальное время. 11. Построение дистанции в соответствии с масштабом карты. Правильный ответ: Для дистанций типа спринт, которую рассчитывают на прохождение победителем за 12–15 мин. в городских условиях, в парках или на небольших участках местности, применяют цветные карты масштаба 1:5000. Возможны варианты карты масштаба 1:4 000 и 1:3 000 при небольших площадях парков и скверов. Карта масштаба 1:15 000 является основной для соревнований по ориентированию. По таким картам с сечением рельефа 5 м должны проводиться классические дистанции. Карты масштаба 1:10 000 используют для соревнований на коротких и средних дистанциях, эстафет. Для них может использоваться сечение рельефа 2,5 или 5 м. Такие карты более детализированы, в то же время размеры знаков для карт масштаба 1:10
--	--	---

		000 крупнее, чем для карт 1:15 000, что обеспечивает лучшее чтение и соответственно ставит задачи повышения скорости ориентирования. 12. Виды спортивных дисциплин. Правильный ответ: кроссовое ориентирование (гонка бегом); лыжное ориентирование (гонка на беговых лыжах); велокроссовое ориентирование (гонка на велосипеде); о–трейл (гонка для лиц с ограниченными возможностями здоровья). 13. Символьные легенды контрольных пунктов. Правильный ответ: Пиктограммы легенд КП предназначены для создания у ориентировщика четкого представления о том, что изображено на карте непосредственно в точке КП и о том, где находится знак КП относительно объекта, на котором он расположен. КП должны располагаться на ориентирах, обозначенных на карте и четко опознаваемых на местности. Точное местоположение КП должно быть описано с помощью легенд. Местоположение КП должно однозначно определяться с помощью карты и легенды. 14. Оборудование дистанции. Правильный ответ: Предварительный старт – место регистрации стартующих участников. Технический старт – начало отсчета времени. «ПВК» – пункт выдачи карт. Точка «К» – точка начала ориентирования. «КП» – контрольные пункты. Маркированные участки – обязательные для преодоления всеми участниками. Финиш – точка окончания отсчета времени. Пункт передачи эстафеты 15. Измерение расстояний по карте и на местности. Правильный ответ: Для измерения расстояния на карте можно использовать масштаб карты, курвиметр. Для измерения расстояния на местности можно использовать способы: глазомером, шагом. 16. Приемы пользования спортивным компасом, ориентирование карты по компасу. Правильный ответ: При приближенном ориентировании карты вначале по компасу определяют направление на север, затем поворачивают карту так, чтобы верхняя сторона рамки была обращена в сторону
--	--	---

		севера. 17. Организация судейства на соревнованиях по спортивному ориентированию. Правильный ответ: Главная судейская коллегия (ГСК) осуществляет руководство работой коллектива спортивных судей. В состав ГСК входят: главный судья, главный секретарь, заместители главного судьи, заместители 4 главного секретаря, судья – главный хронометрист, судья - технический делегат. 18. Содержание спортивной карты. Правильный ответ: Спортивные карты, предназначенные для выдачи спортсменам во время соревнований, должны содержать следующую информацию: рабочее поле, отображенное в специальных условных знаках. Основным содержанием рабочего поля спортивной карты является отображение проходимости местности и индивидуальных особенностей изображаемых объектов; 22 рамка; за рамочное оформление. 19. Движение по тропам, болотам, завалам, в зарослях кустарника. Правильный ответ: Движение по тропам требует осторожности и аккуратности, так как они могут быть узкими, крутыми, грязными или устланными корнями и камнями; при передвижении по завалам необходимо постоянно поддерживать баланс и использовать ноги, руки и корпус для преодоления препятствий и устойчивого движения. 20. Выработка навыков нахождения путей выхода из незнакомого леса по аварийным ориентирам. Правильный ответ: необходимо соблюдать границы карты, знать аварийный азимут, брать с собой средство связи, не паниковать, выходить на любые линейные ориентиры, выходить на связь любым способом.
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Контрольная работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно

		четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оценочный индикатор	Тестовые вопросы
ОК4, ОК6, ОК7, ПК 3.5		Выберите правильный ответ: 1. Средствами спортивного ориентирования можно формировать личностные качества студента, такие как... А) коллективизм Б) бережное отношение к природе В) обаяние Г) трудолюбие 2. Одним из положений начального обучения студентов спортивному ориентированию является: А) низкая соревновательная результативность в первый год обучения Б) эффективное формирование всех физических способностей в первый год обучения В) эффективное формирование выносливости и умственных способностей в первый год обучения Г) высокая соревновательная результативность в первый год обучения 3. Когда и где был проведен первый чемпионат Европы по спортивному ориентированию? А) в 1962 г. в Норвегии Б) в 1947 г. в Финляндии В) в 1919 г. в Швеции Г) в 1932 г. в Дании 4. В настоящее время самой титулованной ориентировщицей является: А) Юдит Видер (Швейцария) Б) Галина Виноградова (Россия) В) Минна Кауппи (Финляндия) Г) Симона Ниггли (Швейцария) 5. На формировании спортивного ориентирования повлияло развитие: А) педагогики Б) технического прогресса В) олимпийского движения Г) военной науки 6. Какие страны в настоящее время являются лидирующими по

		общему количеству выигранных медалей на чемпионатах мира по спортивному ориентированию странами? А) Россия (СССР) Б) Швеция В) Швейцария Г) Норвегия Д) Австрия Е) Финляндия 7. О применении спортивного ориентирования в процессе физического воспитания первым писал: А) А.С. Макаренко Б) П.Ф. Лесгафт В) И.Х. Гутс-Мутс Г) И. Песталоцци 8. Когда и где был проведен первый чемпионат мира по спортивному ориентированию? А) в 1949 г. в Швеции Б) в 1962 г. в Норвегии В) в 1966 г. в Финляндии Г) в 1959 г. в Швеции 9. Годом рождения спортивного ориентирования считают: А) 1897 г. Б) 1962 г. В) 1966 г. Г) 1919 г. 10. В настоящее время самым титулованным ориентировщиком среди мужчин является: А) Тьерри Жоржиу (Франция) Б) Даниэль Хубман (Швейцария) В) Валентин Новиков (Россия) Г) Паси Иконен (Финляндия) 11. В СССР соревнования по спортивному ориентированию стали проводить... А) в середине 1930-х гг. Б) в середине 1950-х гг. В) в середине 1970-х гг. Г) в середине 1960-х гг. 12. Кто стал первым российским ориентировщиком, выигравшим Чемпионат мира по лыжному ориентированию? А) Андрей Храмов Б) Эдуард Хренников В) Руслан Грицан Г) Иван Кузьмин 13. Всесоюзная федерация спортивного ориентирования была создана: А) в 1963 г. Б) в 1960 г. В) в 1976 г. Г) в 1979 г. 14. Кто стал первым российским ориентировщиком, выигравшим
--	--	--

Чемпионат мира по ориентированию бегом?

А) Андрей Храмов

Б) Иван Кузьмин

В) Руслан Грицан

Г) Валентин Новиков

15. Прочитайте текст и установите последовательность:

Для прохождения дистанции по спортивному ориентированию, необходимо соблюдать порядок основных действий спортсмена на старте. Определите последовательность действий согласно представленным данным.

1. Выберите путь движения и наметь промежуточные ориентиры;
2. Запомните движение, следите за ориентирами на местности и на карте;
3. Определите старт на карте и сориентируйте карту с севером с помощью компаса;
4. Согласно технике прохождения по основным препятствиям найдите контрольный пункт;
5. Увидев контрольный пункт, определите, под каким номером необходимо сделать отметку, приготовьте карточку к отметке.

--	--	--	--	--

Правильный ответ:

3	1	2	4	5
---	---	---	---	---

16. Прочитайте текст и установите последовательность:

Для организации соревнований по спортивному ориентированию необходимо придерживаться основных этапов: предварительный, подготовительный, основной (проведение соревнований), заключительный. Определите последовательность действий согласно представленным этапам.

- 1) планирование членов главной судейской коллегии и оргкомитета;
- 2) церемония награждения победителей и призеров
- 3) выбор конкретного места проведения;
- 4) подготовка и сдача отчета о соревнованиях;
- 5) составление стартовых протоколов.

--	--	--	--	--

Правильный ответ:

1	3	5	2	4
---	---	---	---	---

17. Соотнесите спортсменов-ориентировщиков с их достижениями:

	Спортсмен-ориентировщик		Регалия
А	А.Храмов	1	Первый Чемпионат СССР по спортивному ориентированию был проведен
Б	А.Фолифоров	2	Первый российский чемпион мира по ориентированию бегом
В	И.Кузьмин	3	Первый российский чемпион мира по ориентированию на лыжах

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
2	1	3

18. Соотнесите событие, связанное со спортивным ориентированием и год проведения:

	Спортсмен-ориентировщик		Регалия
А	летом 1963 г.	1	Первый российский чемпион мира по ориентированию на велосипедах
Б	1981 г.	2	Первые Всесоюзные соревнования по спортивному ориентированию состоялись
В	1965 г.	3	Спортивное ориентирование было включено в Единую всесоюзную спортивную классификацию

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
2	1	3

19. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Какие факторы, являются определяющими эффективность применения спортивного ориентирования в процессе физического воспитания студентов.

Правильный ответ:

Устойчивость организма к воздействию окружающей среды, выносливость, прикладные навыки.

20. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Техничко-тактическая подготовка в спортивном ориентировании.

Правильный ответ:

Умение быстро и правильно понимать карту, умение измерять расстояние по карте и на местности, умение контролировать направление движения.

21. Прочитайте текст и установите последовательность:

Чтение карты процесс непрерывный. Непрерывность достигается сочетанием нескольких составляющих. Определите последовательность чтения карты согласно представленным данным.

1. Удержание мысленного образа объекта до момента его достижения
2. Определение ожидаемого ориентира на карте;
3. Мысленное воспроизведение его образа на местности;
4. Достижение ожидаемого ориентира и, в зависимости от способа отслеживания, перемещение взгляда, большого пальца или угла компаса на данный ориентир на карте.

Запишите правильный ответ слева направо

--	--	--	--

Правильный ответ:

		3	1	2	4
--	--	---	---	---	---

22. Прочитайте текст и установите последовательность:
 При выборе пути до контрольного пункта необходимо придерживаться следующей последовательности:

- 1) Спортсмен просматривает три варианта выбора пути: справа, слева, посередине;
- 2) после выбора привязки нужно пробежать глазами всю предстоящую «линию» движения;
- 3) определятся по карте привязка, которая значительно облегчает работу в районе контрольного пункта и снижает риск ошибиться;
- 4) оцениваются следующие показатели: длина пути, проходимость местности, набор высоты (в горной местности), надежность и простота выполнения;
- 5) окончанием каждого отрезка является точка, в которой спортсмен вынужден менять способ контроля.

Запишите правильный ответ слева направо

--	--	--	--

Правильный ответ:

1	4	3	2	5
---	---	---	---	---

23. Соотнесите виды ориентирования с их характеристиками:

	Виды		Характеристика
А	Ориентирование по выбору	1	Прохождение дистанции по размеченной на местности, где участник встречает контрольный пункт, местоположение которых он должен указать проколом на карте
Б	Ориентирование в заданном направлении	2	Прохождении дистанции в произвольном выборе контрольных пунктов, по усмотрению самого участника
В	Ориентирование на маркированной трассе	3	Прохождение дистанции в заданном порядке отмеченных на карте и расположенных на местности контрольных пунктов

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В
---	---	---

--	--	--

Правильный ответ:

А	Б	В
2	3	1

24. Соотнесите группы условных знаков, с цветом, который отображается на спортивной карте:

	Группы условных знаков		Цвет
А	Растительный покров	1	Коричневый
Б	Формы земной поверхности	2	Красный
В	Знаки дистанций	3	Желтый, зеленый, белый

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

A	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
3	1	2

25. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Основным элементом техники ориентирования является - ориентирование карты, назовите каким именно образом применяется данный элемент.

Правильный ответ:

Ориентированием карты называется придание ей такого положения, при котором северная сторона рамки карты обращена на север, а линейные ориентиры на карте параллельны соответствующим ориентирам на местности.

26. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.
Чтение карты осуществляется двумя основными способами, какими?

Правильный ответ:

Текущее чтение - нахождение на карте ориентиров по мере их пробегания. (увидев ориентир на местности, спортсмен ищет его на карте) и чтение карты вперед – ожидание будущего ориентира (спортсмен заранее «прочитывает», какой ориентир ожидается впереди).

27. Прочитайте текст и установите последовательность:

Определите последовательность действий на контрольном пункте.

1. выбор пути к следующему КП (если спортсмен не делает этого на предыдущем перегоне);
2. определение направления движения, начало движения;

3. отметка, проверка отметки;
4. проверка истинного номера КП.

--	--	--	--

Правильный ответ:

4	3	1	2
---	---	---	---

28. Прочитайте текст и установите последовательность:

Для движения по азимуту сначала нужно определить направление на нужный ориентир по карте. При этом важно соблюдать следующую последовательность действий.

- 1) вращая колбу компаса, красные линии на её дне нужно расположить параллельно магнитному меридиану карты, причём риски колбы должны быть направлены на север;
- 2) наложить компас на карту так, чтобы одна из боковых сторон платы соединяла точки «откуда» и «куда» надо идти или бежать, причём плато компаса должно смотреть в сторону «куда» надо идти;
- 3) убрав компас с карты, и держа его в руке, повернуться так, чтобы северный конец магнитной стрелки расположился между рисками колбы.

--	--	--

Правильный ответ:

2	1	3
---	---	---

29. Соотнесите виды условных знаков с их характеристиками:

	Виды условных знаков		Характеристика
А	Масштабные	1	применяются для изображения таких местных предметов, которые из-за малых размеров не могут быть отражены в масштабе карты, но имеют важное значение или являются хорошими ориентирами.
Б	Пояснительные	2	изображаются местные предметы (населенные пункты, участки леса, пашни, озера, болота, крупные реки), которые по своим размерам могут быть выражены в масштабе карты.
В	Внемасштабные	3	применяются в

			сочетании с масштабными и внемасштабными и служат для дополнительной характеристики предметов.
--	--	--	--

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
2	3	1

Задание 8.

Соотнесите виды лыжи в соревнованиях по спортивному ориентированию в зимний период с их характеристиками:

	Спортсмен ориентировщик	-	Регалия
А	скоростные	1	это лыжи, подготовленные снегоходом с шириной не менее 2 м под свободный стиль передвижения; на карте такие лыжи изображаются толстой сплошной зеленой линией.
Б	быстрые	2	подготовленные либо снегоходом, либо лыжами шириной 0,8–1,0 м – прерывистая тонкая зеленая линия.
В	медленные	3	лыжи, подготовленные снегоходом с шириной 1,0–1,5 м без нарезки лыжного следа – тонкая сплошная зеленая линия.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
----------	----------	----------

		1	3	2
		30. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Особенности техники прохождения по местности грунт и подстилающая поверхность. Правильный ответ: На участках местности с мягким и вязким грунтом (песчаных, заболоченных) или с твердым покрытием, но сильно заросших высокой травой, крапивой, колючим кустарником, требуются большие физические усилия, значительно снижается скорость движения и точность определения пройденного расстояния. Прямое пересечение по азимуту такой местности целесообразнее заменять обходными, скоростными вариантами пути по участкам с твердым покрытием и легко проходимой поверхностью (дорогам, тропинкам, открытым и полуоткрытым местам). На коротких отрезках труднопроходимой местности обходные варианты пути, превышающие длину азимутального хода в 2-3 раза, не дают ощутимого выигрыша во времени. Такие отрезки целесообразнее пройти по прямой на небольшой скорости, укороченным шагом. 31. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Взаимодействие с соперником на дистанции по спортивному ориентированию. Правильный ответ: Сотрудничество с соперниками на дистанции запрещено правилами соревнований по ориентированию. Однако на дистанции спортсмен так или иначе взаимодействует с соперниками, и это взаимодействие может послужить улучшению конечного результата. Прежде всего, ориентировщики, наблюдая друг за другом, могут точнее определить характер местности. Например, если спортсмен находится в густом лесу, а неподалеку кто-то бежит неожиданно быстро и ровно, не уклоняясь от веток, следовательно, там есть тропинка или дорога. 32. Прочитайте текст и установите последовательность: При проведении соревнований должны быть предусмотрены следующие меры обеспечения безопасности участников. Определите последовательность действий согласно представленным данным. 1. При проведении соревнований с участием детей или новичков, район соревнований должен иметь ограничивающие ориентиры, а в информации о дистанциях указаны пути выхода на финиш при потере ориентировки; 2. оповещение участников о наличии опасных мест на местности. Такие места должны быть обозначены на карте соответствующими условными знаками и размечены или ограждены на местности; 3. организаторы соревнований и представители команд обязаны дожидаться выхода из леса всех участников. При отъезде с места соревнований, представители должны письменно сообщить главному судье, что все участники команды финишировали.		
		Правильный ответ:		

		2	1	3
--	--	---	---	---

33. Прочитайте текст и установите последовательность:

При работе в составе службы старта студенты должны знать следующую последовательность действий. Определите последовательность действий согласно представленным данным.

1. порядок регистрации спортсменов на старте (стартовый протокол, «шахматка», проверка и регистрация ЧИПов);
2. порядок выдачи карт участникам (за 1 мин до старта, в момент старта);
3. виды стартов при проведении соревнований по ориентированию (интервальный через 1 или 2 мин, общий старт, групповой старт, «гандикап»);
4. порядок работы с «опоздавшими» участниками;

--	--	--	--

Правильный ответ:

3	1	2	4
---	---	---	---

34. Соотнесите изображения условных знаков с их названиями:

	Изображения условных знаков		Названия
А		1	Озеро
Б		2	Старт
В		3	Вырубленный лес

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

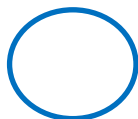
А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
2	1	3

35. Соотнесите изображения условных знаков с их названиями:

	Изображения условных знаков		Названия
--	-----------------------------	--	----------

А		1	Луга
Б		2	Финиш
В		3	Колодец

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
2	1	3

36. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Что входит в снаряжение спортсмена – ориентировщика?

Правильный ответ:

В снаряжение всех спортсменов-ориентировщиков входят компас и карта, которая выдаётся за одну-две минуты до старта или в момент старта. Дополнительный инвентарь и одежда ориентировщика зависят от способа передвижения и вида ориентирования.

37. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Ориентирование по тропам.

Правильный ответ:

Прохождение отмеченных на карте КП в заданной последовательности и выбор истинного знака КП из нескольких, установленных на местности. В этом виде ориентирования скорость перемещения 30 по местности не учитывается, победитель определяется по наибольшему количеству правильных ответов и по минимальному времени определения «тайм-КП» (выбор КП на время).

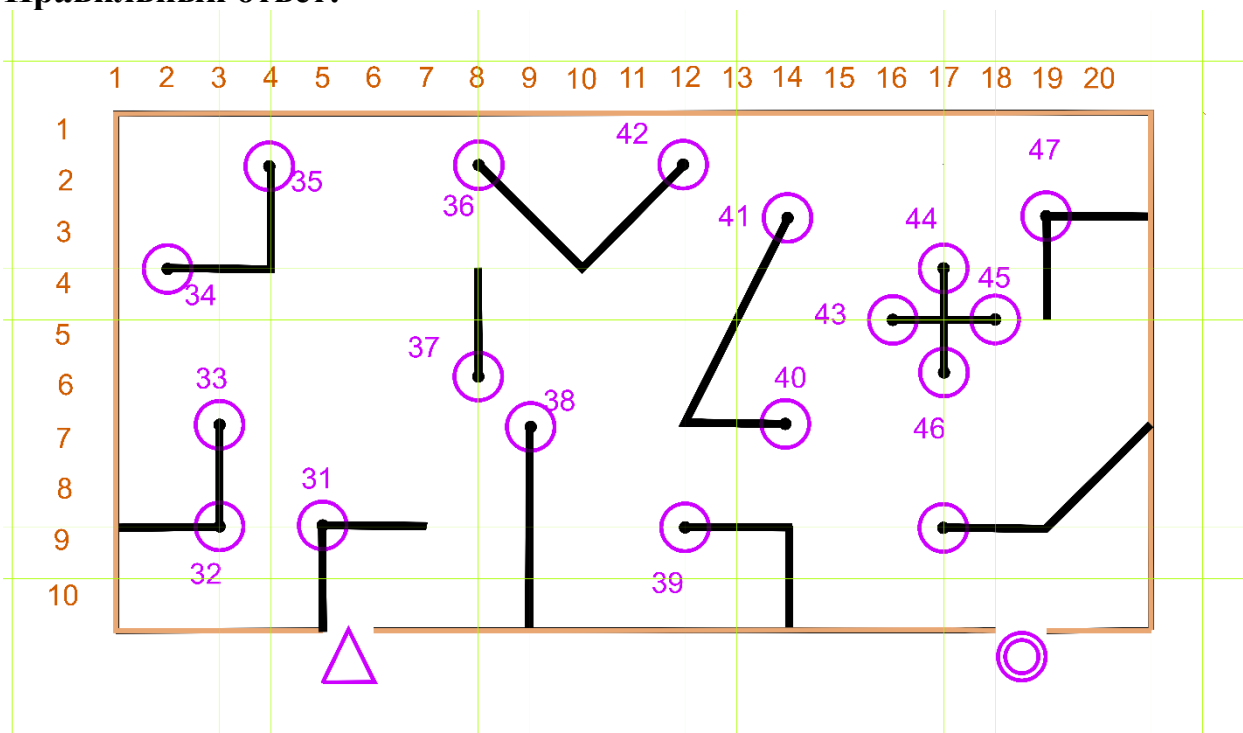
Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5		Практическая работа № 1. Разработка карты по спортивному ориентированию в формате «лабиринт». Практическая работа № 2. Разработка карты по спортивному ориентированию при школьном участке. Практическая работа № 3. Разработка карточек для отметки КП по спортивному ориентированию.

Правильный ответ:



Правильный ответ:



Правильный ответ:

ФИО	_____
Команда	_____
Время	_____
Группа	_____
Пол	_____

	32
	45
	42
	39
	33

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Темы презентаций

1. Спортивное ориентирование как вид спорта;
2. История зарождения и развития спортивного ориентирования;
3. Условные знаки, сечение рельефа, масштаб карт;
4. Системы электронной отметки;
5. Виды соревнований по спортивному ориентированию;
6. Парковое ориентирование;
7. Содержание и структура технической подготовки в спортивном ориентировании;
8. Общие принципы построения дистанций;
9. Оборудование контрольных пунктов (КП);
10. Подготовка соревнований по спортивному ориентированию (календарный план, смета, организационный комитет).

Требования к оформлению презентаций

1. Соблюдайте единый стиль оформления;
2. Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации;
3. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки).
4. На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста;

5. Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный;
6. Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования).
7. Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде;
8. Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.
9. Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов;
10. Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации;
11. Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание.
12. Первый слайд – это титульный слайд, на котором представлены: сверху полное наименование ОУ, название работы по центру; ФИО автора после названия работы справа.
13. На последнем слайде указывается: источники, список литературы, глоссарий и т.д.
14. Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 8-10 слайдов и не более 20 слайдов. Зрительный ряд из большего числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути рассматриваемой темы. Исключения составляют презентации, предназначенные для длительной демонстрации ознакомительного характера с большим количеством визуального материала. В этом случае объем презентации - из расчета не менее чем 1 мин. на один слайд, а на слайды, содержащие ключевые моменты и основополагающие понятия - по 2 мин.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 4, ОК 6, ОК 7, ПК 3.5		1. Спортивное ориентирование как вид спорта.

		Правильный ответ: Спортивное ориентирование — вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти неизвестную им трассу (дистанцию) через контрольные пункты (КП), расположенные на местности. Результаты определяются по времени прохождения дистанции (в определённых случаях с учётом штрафного времени) или по количеству набранных очков. 2. История зарождения и развития спортивного ориентирования. Правильный ответ: 13 мая в 1897 году спортивное общество «Турференинг» в Норвегии устроило первые соревнования в беге с картой и компасом. 17 марта 1901 года спортивный клуб Сундбюберг провел первые документированные гражданские соревнования в Швеции. 13 марта 1904 года была проведена четырехэтапная эстафета на лыжах общей протяженностью 50 км в Финляндии. Первые всесоюзные соревнования в СССР состоялись летом 1963 года в Карпатах, в Ужгороде. Впервые сборная команда СССР участвовала в международных соревнованиях в 1965 г. в Чехословакии. 3. Условные знаки. Правильный ответ: Семь групп условных знаков: рельеф местности (коричневый); скалы и камни (черный); гидрография (синий); растительность (зеленый, желтый); искусственные сооружения (черный, серый); знаки дистанции (пурпурный); дороги и тропы (черный). 4. Системы электронной отметки. Правильный ответ: Электронный чип (chip) — это микросхема, миниатюрное электронное устройство. Система отметки представляет собой программно-аппаратный комплекс, включающий соответствующие электронные устройства и программное обеспечение. Сейчас в мире активно используются две системы — Emit и SportIdent. 5. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Правильный ответ: По взаимодействию спортсменов (индивидуальные, эстафетные, групповые); По способу организации старта (раздельный, гандикап, общий);
--	--	---

		По характеру зачета результатов (личные, лично-командные, командные); По способу определения результата соревнований (однократные, многократные, квалификационные); По времени проведения соревнований (дневные, ночные). 6. Линейные ориентиры. Правильный ответ: Объекты, имеющие существенную длину на местности и отображающиеся на топографической карте линейными условными знаками. К ним относятся дороги, просеки, реки и ручьи, линии электропередач. 7. Проведение соревнований по спортивному ориентированию в формате «лабиринт». Правильный ответ: Это вид спортивного ориентирования, в котором участники при помощи карты должны пройти заданное число контрольных пунктов (КП), расположенных на специально созданной для этого искусственной местности. Результат участников определяется по времени и правильности прохождения дистанции. Искусственная местность состоит из совокупности стандартных объектов, расположенных на небольшой, ровной, открытой площадке (спортзал). 8. Виды дистанций по спортивному ориентированию. Правильный ответ: Ориентирование в заданном направлении; ориентирование по выбору; ориентирование на маркированной трассе; ориентирование по тропам; рогейн. 9. Понятие тактика в спортивном ориентировании. Правильный ответ: Тактика - это рациональное использование техники ориентирования и физических возможностей в ходе соревнований. 10. Способы ориентирования. Правильный ответ: - По направлению (по грубому азимуту). Используется на длинных этапах, на бедной ориентирами и хорошо проходимой местности, когда вблизи КП есть крупный однозначный ориентир. Спортсмен бежит не на КП, а к этому ориентиру. Контроль за направлением осуществляется периодическим контролем стрелки компаса, а также по солнцу и
--	--	---

		промежуточным ориентирам. Контроль за расстоянием почти не осуществляется. - По направлению с чтением карты. Определив направление движения возле исходного КП, спортсмен в дальнейшем старается выдержать это направление, контролируя себя по промежуточным ориентирам. Способ применяется на хорошо проходимой и просматриваемой местности, не особенно богатой ориентирами, на этапах длиной 400–600 м. Контроль расстояния – по промежуточным ориентирам. - По азимуту. Спортсмен использует, как правило, два элемента ориентирования: точный азимут и точное определение расстояния счетом шагов. Это один из самых надежных способов, предпочтителен на небогатой ориентирами местности, когда нужно попасть на точечный объект, например холмик в труднопроходимом лесу, в 150 м от перекрестка просек. - По азимуту с чтением карты. К движению по точному азимуту добавляются подробное чтение карты и постоянное сопоставление ее с местностью. Способ целесообразен при движении по насыщенной одинаковыми ориентирами местности, чаще при движении от опорного ориентира к КП, и является самым точным и сложным. - Бег по линейным ориентирам. Участник использует для бега преимущественно линейные ориентиры: дороги, просеки, границы леса. Способ применяется при прохождении длинных этапов по равнинной местности с труднопроходимым лесом и большим количеством линейных ориентиров, является наиболее быстрым, однако приводит к увеличению длины пробегаемой дистанции. - Бег с точным чтением карты. Спортсмен использует для движения различные формы рельефа, различные объекты, хорошо видимые один от другого. Способ применяется на местности с хорошей видимостью и богатой ориентирами. Определение направления движения и расстояний осуществляется по взаимному расположению объектов. 7. Выбор рационального пути движения. Ориентировщик, учитывая свои способности и подготовку, старается при помощи чтения карты найти оптимальный путь движения на КП. При этом выбираемый путь должен быть простым, надежным и проходиться в минимальное время. 11. Построение дистанции в соответствии с
--	--	--

		масштабом карты. Правильный ответ: Для дистанций типа спринт, которую рассчитывают на прохождение победителем за 12–15 мин. в городских условиях, в парках или на небольших участках местности, применяют цветные карты масштаба 1:5000. Возможны варианты карты масштаба 1:4 000 и 1:3 000 при небольших площадях парков и скверов. Карта масштаба 1:15 000 является основной для соревнований по ориентированию. По таким картам с сечением рельефа 5 м должны проводиться классические дистанции. Карты масштаба 1:10 000 используют для соревнований на коротких и средних дистанциях, эстафет. Для них может использоваться сечение рельефа 2,5 или 5 м. Такие карты более детализированы, в то же время размеры знаков для карт масштаба 1:10 000 крупнее, чем для карт 1:15 000, что обеспечивает лучшее чтение и соответственно ставит задачи повышения скорости ориентирования. 12. Виды спортивных дисциплин. Правильный ответ: кроссовое ориентирование (гонка бегом); лыжное ориентирование (гонка на беговых лыжах); велокроссовое ориентирование (гонка на велосипеде); о–трейл (гонка для лиц с ограниченными возможностями здоровья). 13. Символьные легенды контрольных пунктов. Правильный ответ: Пиктограммы легенд КП предназначены для создания у ориентировщика четкого представления о том, что изображено на карте непосредственно в точке КП и о том, где находится знак КП относительно объекта, на котором он расположен. КП должны располагаться на ориентирах, обозначенных на карте и четко опознаваемых на местности. Точное местоположение КП должно быть описано с помощью легенд. Местоположение КП должно однозначно определяться с помощью карты и легенды. 14. Оборудование дистанции. Правильный ответ: Предварительный старт – место регистрации стартующих участников. Технический старт – начало отсчета времени. «ПВК» – пункт выдачи карт. Точка «К» – точка начала ориентирования.
--	--	---

		«КП» – контрольные пункты. Маркированные участки – обязательные для преодоления всеми участниками. Финиш – точка окончания отсчета времени. Пункт передачи эстафеты 15. Измерение расстояний по карте и на местности. Правильный ответ: Для измерения расстояния на карте можно использовать масштаб карты, курвиметр. Для измерения расстояния на местности можно использовать способы: глазомером, шагом. 16. Приемы пользования спортивным компасом, ориентирование карты по компасу. Правильный ответ: При приближенном ориентировании карты вначале по компасу определяют направление на север, затем поворачивают карту так, чтобы верхняя сторона рамки была обращена в сторону севера. 17. Организация судейства на соревнованиях по спортивному ориентированию. Правильный ответ: Главная судейская коллегия (ГСК) осуществляет руководство работой коллектива спортивных судей. В состав ГСК входят: главный судья, главный секретарь, заместители главного судьи, заместители 4 главного секретаря, судья – главный хронометрист, судья - технический делегат. 18. Содержание спортивной карты. Правильный ответ: Спортивные карты, предназначенные для выдачи спортсменам во время соревнований, должны содержать следующую информацию: рабочее поле, отображенное в специальных условных знаках. Основным содержанием рабочего поля спортивной карты является отображение проходимости местности и индивидуальных особенностей изображаемых объектов; 22 рамка; за рамочное оформление. 19. Движение по тропам, болотам, завалам, в зарослях кустарника. Правильный ответ: Движение по тропам требует осторожности и аккуратности, так как они могут быть узкими, крутыми, грязными или устланными корнями и камнями; при передвижении по завалам необходимо постоянно поддерживать баланс и использовать ноги, руки и корпус для преодоления препятствий и устойчивого движения. 20. Выработка навыков нахождения путей
--	--	---

		выхода из незнакомого леса по аварийным ориентирам. Правильный ответ: необходимо соблюдать границы карты, знать аварийный азимут, брать с собой средство связи, не паниковать, выходить на любые линейные ориентиры, выходить на связь любым способом
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

**МДК.03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы
педагога по физической культуре и спорту**

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01, Физическая культура/ Педагог по физической культуре и спорту,

код, наименование специальности/направления подготовки

утвержденный приказом Министерство просвещения РФ от 11 ноября 2022г. № 968 (зарегистрирован в Минюст России от 19 декабря 2022г. № 71643).

– учебным планом специальности/направления подготовки 49.02.01 Физическая культура, педагог по физической культуре и спорту

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС ст.преподаватель Сивков В.А.

степень, звание, фамилия, имя, отчество

I. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств (ФОС)** предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО __49.02.01____ Физическая культура «Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в соответствии с ФГОС профессии/специальности «Физическая культура» и рабочей программой дисциплины «Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту»:

знания:

- правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании средств ИКТ в образовательном процессе;
- взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития;
- значение и логику целеполагания в обучении, воспитании в педагогической деятельности;
- особенности содержания организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов образовательных учреждений, на различных ступенях образования;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;
- формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;
- основы судейства по изученным базовым видам спорта

- принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;
- теоретические основы методической деятельности в области физического воспитания детей, подростков и молодежи;
- теоретические основы и методику планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте.

умения:

- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
- находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;
- находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических проблем, повышение эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;
- возможность использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития;
- осознанно планировать повышение квалификации;
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;
- анализировать федеральные государственные образовательные стандарты и примерные основные образовательные программы;
- готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты;

Навыки и/ или опыт деятельности:

- анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно- методических материалов (рабочих программ, учебнотематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных

- основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся;
- отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы;
 - анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;
 - анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.
- изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов;

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**: ОК-2., ПК -2.2., П.К.-2.3., ПК-3.3.

ОК -2 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ПК -2.2 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта

ПК -2.3 Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.

ПК -3.3 Осуществлять контроль и учет, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируе	Код	Оценочное	Уровни сформированности
-------------	-----	-----------	-------------------------

мые разделы	контроли руемой компетен ции	средство	компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.				
	ОК-2 ПК-2.2. ПК-2.3. ПК-3.3.	Практическая работа Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-2 ПК-2.2. ПК-2.3. ПК-3.3.	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:			20	
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК-2 ПК-2.2. ПК-2.3. ПК-3.3.	Практическая работа Доклад на заданную тему	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-2 ПК-2.2. ПК-2.3. ПК-3.3.	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:			20	
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:			40	
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:			10	
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:			50	

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК-2, ПК-2.2.,ПК-2.3., ПК-3.3..	Тестовые задания	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее
	Низкий	51 – 65
	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень

85 – 100	Отлично	Высокий уровень
----------	---------	-----------------

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
<i>ОК-2</i> <i>ПК-2.2.</i> <i>ПК-2.3</i> <i>ПК-3.3..</i>	Знания: -методы и способы выполнения профессиональных задач; -основные понятия, характеризующие процессы самоорганизации и самоуправления; -необходимость и значимость самоорганизации и самоуправления; -свои основные индивидуальные потребности и психофизиологические возможности; -методы и средства самопознания, самоанализа, самоконтроля и самооценки Умения: -самостоятельно планировать и организовывать свою работу; -использует в деятельности понимание своих индивидуальных потребностей и психофизиологических возможностей. выполняет самоанализ, самоконтроль и - самооценку;	1.Цель, задачи, содержание и направления деятельности методической службы образовательного учреждения. Правильный ответ: Цель методической службы образовательного учреждения повышение уровня профессиональной компетентности педагогических работников, обеспечение условий и ресурсов для непрерывного профессионального образования и самосовершенствования педагогических кадров, развитие творческого и инновационного потенциала педагогического коллектива в целом. 2.Содержание и направления методической работы. Правильный ответ: Содержание методической работы в общеобразовательном учреждении включает: совершенствование учебно-воспитательного процесса (контроль, диагностика, анализ, коррекция результатов); повышение профессиональной подготовки учителей на основе использования современных информационных технологий; разработку учебно-методической документации; организационно-методическое обеспечение научно-исследовательской работы, инновационных процессов; технологическое обеспечение образовательного процесса; организацию работы учителей по самообразованию; выявление, обобщение и распространение положительного опыта работы учителей; проведение профессиональных смотров, конкурсов; аттестацию педагогических кадров. 3.Виды и формы организации методической работы. Правильный ответ: Виды методической работы:

	выполняет работу в заданные сроки. Навыки и/или опыт деятельности: -организации собственной деятельности, определения методов решения профессиональных задач. Знания: -основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; -взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития; -приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации. Умения: -находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; -находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических проблем, повышение эффективности	Учебно-методическая работа. Учебно-методическое обеспечение учебного процесса, совершенствование и повышение эффективности используемых методов и средств обучения, изучение и распространение передового педагогического опыта, повышение квалификации преподавателей, организация инструктивно-методических совещаний, оказание помощи молодым педагогам, проведение конкурсов открытых учебных занятий, фестивалей педагогических идей. Научно-методическая работа. Изучение, анализ, освоение и внедрение передового педагогического опыта, инновационных технологий, исследование и разработка новых методов и средств обучения, внедрение новых педагогических технологий в повседневную образовательную практику, организация круглых столов, научно-практических конференций, педагогических семинаров и семинаров-практикумов, издание печатных работ для использования в учебном процессе, аттестация преподавателей, повышение квалификации за счёт внешних резервов. Формы организации методической работы: Общеобразовательные формы. Работа по единым методическим темам, психолого-педагогические семинары, практикумы, научно-практические конференции и педагогические чтения, читательские и зрительские конференции, методические выставки, стенгазеты, бюллетени. Групповые формы. Методические объединения, творческие микрогруппы педагогов, групповое наставничество, взаимопосещение занятий и внеклассных воспитательных мероприятий. Индивидуальные формы. Стажировка, индивидуальные консультации, собеседования, наставничество, работа над личной творческой темой, индивидуальное самообразование. .Виды научно-методической работы учителя: методическая, исследовательская, экспериментальная работа. 4.Государственно- общественные объединения учителей школы. Правильный ответ: Государственно-общественные объединения учителей школы включают в себя различные структуры, например: Педагогический совет. Высший орган самоуправления педагогов в школе. Решает вопросы, связанные с организацией учебно-воспитательного процесса
--	---	---

	педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; Навыки и/или опыт деятельности: -изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов Знания: - создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса; -основы проектной деятельности; Умения: - определять задачи для поиска информации; - разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности: - отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и	и определением путей его совершенствования. 3 Методический совет. Коллективный профессиональный совещательный орган, который координирует усилия всех подразделений школы. Организует повышение научно-теоретического уровня и методического мастерства педагогов, анализирует ход и результаты опытно-экспериментальной работы, работает над совершенствованием учебно-воспитательного процесса. Предметные научно-методические объединения. Например, объединения учителей гуманитарного цикла, естественного цикла, математического цикла, начальных классов, иностранного языка. 1 Творческие проблемные микрогруппы. Организуются для решения определённых тематических и проблемных задач. Создаются по инициативе педсовета или методического объединения, утверждаются приказом директора. 5.Содержание методической работы. Правильный ответ: Содержание методической работы в общеобразовательном учреждении включает: совершенствование учебно-воспитательного процесса (контроль, диагностика, анализ, коррекция результатов); повышение профессиональной подготовки учителей на основе использования современных информационных технологий; разработку учебно-методической документации; организационно-методическое обеспечение научно-исследовательской работы, инновационных процессов; технологическое обеспечение образовательного процесса; организацию работы учителей по самообразованию; выявление, обобщение и распространение положительного опыта работы учителей; проведение профессиональных смотров, конкурсов; аттестацию педагогических кадров. 6. Определение методов решения профессиональных задач, оценка их эффективности и качества. Правильный ответ: Определение методов решения профессиональных задач включает в себя: Обоснование постановки цели. Выбор и применение способа решения задачи в соответствии с реальными и заданными условиями и имеющимися ресурсами. Рациональное распределение времени на все
--	---	---

	спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; Знания: -логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию; Умения: -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности: -изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; -формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся	этапы работы. Самостоятельное обнаружение допущенных ошибок и своевременная коррекция деятельности на основе результатов самооценки. Оценка эффективности и качества методов решения профессиональных задач может включать в себя анализ следующих показателей: своевременность и качество выполнения заданий; рациональность планирования и организации деятельности; соответствие выбора методов поставленным целям и особенностям индивидуального развития; аргументированность оценки эффективности и качества решения профессиональных задач. Для оценки могут использоваться кейс-метод, портфолио, практико-ориентированные и имитационные задания. 7.Оценка рисков и принятие решений в нестандартных ситуациях. Правильный ответ: Для оценки рисков и принятия решений в нестандартных ситуациях рекомендуется: Проанализировать возможные последствия. Можно использовать шкалу: сильный эффект — если проблема может сорвать проект или существенно его изменить; средний — если событие может повлиять на проект, но это можно поправить; слабый — если риск незначительно повлияет на проект, но точно его не сорвет. Оценить вероятность того, что риск возникнет. Можно использовать шкалу: высокий — высокая вероятность риска; средний — риск есть; низкий — скорее всего, риска нет. Собрать оценки вероятности и силы последствий на одной шкале и разбить риски на несколько групп. Если вероятность низкая, а последствия дадут слабый эффект, то об этом риске не стоит беспокоиться. Если вероятность высокая и последствия дадут сильный эффект, о защите от этого риска нужно позаботиться в первую очередь. 8.Осуществление поиска, анализа и оценки информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Правильный ответ: Осуществление поиска информации включает несколько этапов: Определение информационной потребности и формулировка запроса. Нужно уточнить, какую именно информацию искать. Определение комплекса источников, в которых может находиться
--	---	---

		нужная информация. Например, можно использовать интернет, авторитетные новостные сервисы, базы данных крупных университетов и международных организаций. Извлечение информации из выявленных источников. Для этого можно использовать, например, полнотекстовый поиск (по всему содержимому документа), поиск по метаданным (по атрибутам документа: название, дата создания, размер, автор и т. д.) или поиск изображений (по содержанию изображения). Ознакомление с полученной информацией и оценка результатов поиска. Нужно проверить, насколько данные соответствуют критериям полноты, актуальности, достоверности и релевантности. 9.Осуществление профессиональной деятельности с соблюдением правовых норм ее регулирующих. Правильный ответ: Осуществление профессиональной деятельности с соблюдением правовых норм, её регулирующих, предполагает знание и использование нормативных правовых актов, регламентирующих профессиональную деятельность. Некоторые аспекты, которые нужно учитывать: Основные положения Конституции РФ. Права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации. Основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области профессиональной деятельности. Порядок заключения трудового договора и основания для его прекращения. Правила оплаты труда. Понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника. Виды административных правонарушений и административной ответственности. Нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров 10.Федеральные и региональные документы, регламентирующие деятельность учителя физической культуры, организацию образовательного процесса и внеурочной деятельности по физической культуре. Правильный ответ: Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». В нём установлены требования к образовательным программам и стандартам, а также права и
--	--	---

		ответственность участников образовательных отношений. Федеральный закон от 19 декабря 2023 г. №618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон „Об образовании в Российской Федерации“». Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. №286). Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. №287). Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утв. приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. №413). Федеральная образовательная программа начального общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 18 мая 2023 г. №372). Федеральная образовательная программа основного общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 18 мая 2023 г. №370). Федеральная образовательная программа среднего общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 18 мая 2023 г. №371). Также к документам, регламентирующим деятельность учителя физической культуры, можно отнести Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 №329-ФЗ. 11.Нормативно - правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом. Правильный ответ: Конституция РФ. Гарантирует право человека на безопасные для него образование и труд. Закон РФ «О физической культуре и спорте в РФ» от 4 декабря 2007 года №329-ФЗ. Федеральный закон РФ «Об основах охраны труда в Российской Федерации» от 17.07.1999 года №181-ФЗ. Закон РФ «Об образовании», в частности статья 32, которая возлагает на образовательное учреждение ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время образовательного процесса. Инструкция по охране труда и мерам безопасности для учителя физкультуры. Вводный инструктаж по мерам безопасности для учащихся по предмету «Физическая культура». Инструкция по охране труда и мерам безопасности для учащихся при занятиях на открытых и закрытых спортивных площадках.
--	--	--

		Должностная инструкция учителя физической культуры. 12. Концептуальные основы и содержание ФГОС начального и основного общего образования, примерной образовательной программы начального и основного общего образования. Правильный ответ: Концептуальные основы ФГОС начального и основного общего образования включают: Системно-деятельностный подход как методологическую основу. Он обеспечивает формирование готовности обучающихся к саморазвитию и непрерывному образованию, проектирование и конструирование развивающей образовательной среды, активную учебно-познавательную деятельность обучающихся, построение образовательного процесса с учётом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и здоровья обучающихся. Ориентацию на становление личностных характеристик выпускника. Они фиксируются в «портрете выпускника» соответствующей ступени общего образования. Выделение в основной образовательной программе по каждой ступени общего образования двух составляющих: обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса (70–80% и 30–20%). Организацию внеурочной деятельности по направлениям развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное). Повышение роли родителей (законных представителей) обучающихся в проектировании и реализации основной образовательной программы. 13. Учебный план Правильный ответ: Учебный план — это нормативно-правовой акт, который определяет содержание и структуру образовательного процесса. Он устанавливает перечень предметов, которые изучаются в учебном заведении, их объём и распределение по годам обучения. В школе учебный план состоит из двух частей: Обязательная часть определяет состав учебных предметов, обязательных для всех образовательных организаций, и учебное время, отводимое на их изучение по классам (годам) обучения. Часть, формируемая участниками образовательных
--	--	--

		отношений, определяет время, отводимое на изучение учебных предметов, учебных курсов, учебных модулей по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся. В вузе учебный план — это документ, где указано, какие дисциплины, в каком порядке и каком объеме будет изучать студент конкретной специальности. Он включает в себя перечень дисциплин и видов деятельности студента: аудиторных занятий, самостоятельной работы, подготовки курсовых работ, прохождения практики. Учебный план является обязательным для всех образовательных учреждений, независимо от их организационно-правовой формы.
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК-2 ПК 2-2 ПК 2-3 ПК 3-3	Знания: - создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса; - основы проектной деятельности; Умения: - определять задачи для поиска информации; - разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности: - отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; Знания: - создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных	1. Разработка рабочей программы по физической культуре 2. Разработка календарно- тематического плана. 3. Анализ вариативных (авторских) программ и учебников по физической культуре для начальной школы. Концептуальные основы и содержание вариативных программ начального общего образования 4. Анализ вариативных (авторских) программ и учебников по физической культуре для основной школы. Концептуальные основы и содержание вариативных программ основного общего образования. 5. Изучение методических рекомендаций по разработке рабочей программы и календарно - тематического плана. 6. Изучение методических рекомендаций по созданию учебно - методического комплекса 7. Разработка дидактических материалов по физической культуре. 8. Разработка материалов для контроля результатов обучения физической культуре 9. Изучение рекомендаций по ведению классного журнала. Заполнение страницы журнала 10. Моделирование предметно-развивающей среды. 11. Экскурсия по спортивным залам общеобразовательных школ с целью изучения различных вариантов создания предметно - развивающей среды. 12. Изучение и разработка инструкций для учащихся по мерам безопасности в спортивном зале, на занятиях физической культурой, внеурочных занятиях 13. Изучение положения о кабинете и должностных инструкций заведующего кабинетом. Составление макета паспорта кабинета 14. Экскурсия по спортивным залам общеобразовательных школ с целью изучения учебно-методического и материально-технического оснащения кабинета ФК, спортивного зала 15. Сравнение эффективности применяемых методов, выбор наиболее эффективных образовательных технологий с учетом вида образовательного учреждения и особенностей

	информационных технологий для обеспечения образовательного процесса; -основы проектной деятельности; Умения: - определять задачи для поиска информации; - разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности: - отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; информации; - разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности: - отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; Знания: -логику подготовки и	возраста учащихся.
--	--	---------------------------

	требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию; Умения: -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности: -изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; -формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий	Студент глубоко изучил учебный материал;

	(Отлично)	последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.
--	-----------	---

Темы презентаций

1. Формирование и становление предмета «Физическая культура» в системе образования
2. Место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования.
3. Цели и задачи предмета «Физическая культура» в национальных системах образования Российской Федерации
4. Педагогическая система и ее функции в предмете «Физическая культура»
5. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура»
6. Научные основы физического воспитания
7. Инновационные концепции физического воспитания и спортивной тренировки
8. Основы педагогического мастерства учителя физической культуры
9. Методы исследования коммуникативных способностей педагога физической культуры
10. Сравнительный анализ вариативных программ по физическому воспитанию обучающихся

Требования к оформлению презентаций

1. Соблюдайте единый стиль оформления;
2. Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации;
3. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки).
4. На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста;
5. Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный;
6. Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования).
7. Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде;
8. Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.
9. Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов;
10. Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации;
11. Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание.
12. Первый слайд – это титульный слайд, на котором представлены: сверху полное наименование ОУ, название работы по центру; ФИО автора после названия работы справа.
13. На последнем слайде указывается: источники, список литературы, глоссарий и т.д.
14. Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 8-10 слайдов и не более 20 слайдов. Зрительный ряд из большего числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути рассматриваемой темы. Исключения составляют презентации, предназначенные для длительной демонстрации ознакомительного характера с большим количеством визуального материала. В этом случае объем презентации - из расчета не менее чем 1 мин. на один слайд, а на слайды, содержащие ключевые моменты и основополагающие понятия - по 2 мин.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК-2 ПК-2.2. ПК-2.3. ПК-3.3.	Знания: -методы и способы выполнения профессиональных задач; -основные понятия, характеризующие процессы самоорганизации и самоуправления; -необходимость и значимость самоорганизации и самоуправления; -свои основные индивидуальные потребности и психофизиологические возможности; -методы и средства самопознания, самоанализа, самоконтроля и самооценки	1. Физическая культура представляет собой: А) учебный предмет в школе; Б) выполнение физических упражнений; В) процесс совершенствования возможностей человека; Г) часть общей культуры общества. 2. Физкультминутку, как одну из форм занятий физическими упражнениями следует отнести к: А) урочным формам занятий физическими упражнениями; Б) «малым» неурочным формам; В) «крупным» неурочным формам; Г) соревновательным формам. 3. Раздел комплексной программы по физической культуре общеобразовательных школ не является типовым для: А) уроков физической культуры; Б) внеклассной работы; В) физкультурно-массовых и спортивных мероприятий; Г) содержания и организация педагогической практики.

Умения: -самостоятельно планировать и организовывать свою работу; -использует в деятельности понимание своих индивидуальных потребностей и психофизиологических возможностей. выполняет самоанализ, самоконтроль и - самооценку; выполняет работу в заданные сроки. Навыки и/или опыт деятельности: -организации собственной деятельности, определения методов решения профессиональных задач. Знания: -основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; -взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития; -приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации. Умения: -находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических	4. При разработке содержания урока физической культуры не обязательным является: А) выбор необходимого инвентаря для урока; Б) определение критерий оценки деятельности занимающихся на уроке; В) выбор методов организации деятельности занимающихся при решении каждой из задач; Г) учет количества учеников, занимающихся различными видами спорта в спортивных секциях. 5. Планирование в физическом воспитании - это: А) система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ; Б) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов образовательного процесса с конкретным контингентом занимающихся; В) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков; Г) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели. 6. Соотнести вид УУД с действием: <table><tr><th>Вид универсального учебного действия</th><th>Действие</th></tr><tr><td>1.Коммуникативное УУД</td><td>а. поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;</td></tr></table>	Вид универсального учебного действия	Действие	1.Коммуникативное УУД	а. поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
Вид универсального учебного действия	Действие				
1.Коммуникативное УУД	а. поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;				

	проблем, повышение эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; Навыки и/или опыт деятельности: -изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; Знания: - создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса; -основы проектной деятельности; Умения: - определять задачи для поиска информации; - разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности:	2. Регулятивное УУД 3. Личностное УУД 4. Познавательные УУД	Б. действие нравственно – этического оценивания усваиваемого содержания, обеспечивающее личностный моральный выбор на основе социальных и личностных ценностей. В. внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта; Г. планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение целей, функций участников, способов взаимодействия;
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:			
Правильный ответ:			
1	2	3	4
Г	В	Б	А
7. Распределение нагрузки на отдельных уроках производится на основе данных: А) соотношение работы, выполняемой в различных частях образовательного урока по физической культуре; Б) физического развития занимающихся; В) динамике работоспособности и деятельности основных функциональных систем при выполнении программы занятий различной преимущественной направленности; Г) уровне физической подготовленности			

	- отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; Знания: -логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию; Умения: -готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; Навыки и/или опыт деятельности: -изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; -формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся	занимающихся. 8. Педагогический контроль в физическом воспитании – это: А) система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок; Б) прояснение всех обстоятельств реализации дидактического процесса, точное определение его результатов; В) правильное (по установленным критериям) оценивание знаний, двигательных умений и навыков; Г) целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса. Вариант №2 1. Неподготовленность учителя к уроку, неудовлетворительная дисциплина занимающихся, являются причинами снижения... А) общей плотности урока; Б) моторной плотности урока; В) физической работоспособности занимающихся; Г) эмоционального состояния занимающихся; 2. Упражнения на развитие гибкости дозируются: А) упражнение выполняется до тех пор, пока не начнет уменьшаться амплитуда движений; Б) упражнения выполняются 12-16 циклов; В) упражнения выполняются до появления пота; Г) упражнения выполняются до появления болевых ощущений. 3. Выберите правильное распределение перечисленных ниже упражнений на уроках по общей физической подготовке. 1. Ходьба или спокойный бег в чередовании с дыхательными упражнениями. 2. Упражнения, постепенно включающие в работу все большее количество мышечных групп. 3. Упражнения на развитие выносливости. 5. Упражнения на развитие быстроты и гибкости. 4. Упражнения на развитие силы. 6. Дыхательные упражнения.
--	--	---

		А) 1, 2, 5, 4, 3, 6; Б) 6, 2, 3, 1, 4, 5; В) 2, 6, 4, 5, 3, 1; Г) 2,1, 3, 4, 5, 6. 4. Задачи, решаемые на уроках физической культуры в общеобразовательной школе: А) образовательные; Б) воспитательные; В) оздоровительные; Г) образовательные, воспитательные, развивающие. 5. Выберите из перечисленных ниже основную форму организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе: А) урок физической культуры; Б) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня; В) массовые спортивные и туристские мероприятия; Г) тренировочное занятие в спортивной секции. 6. Соотнести вид УУД с действием: <table><tr><th>Вид универсального учебного действия</th><th>Действие</th></tr><tr><td>1. Коммуникативное УУД</td><td>А. рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;</td></tr><tr><td>2. Регулятивное УУД</td><td>Б. контроль, коррекция, оценка действий партнера;</td></tr><tr><td>3. Личностное УУД</td><td>В. постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;</td></tr><tr><td>4. Познавательные УУД</td><td>Г. установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом, другими словами, между результатом учения и</td></tr></table>	Вид универсального учебного действия	Действие	1. Коммуникативное УУД	А. рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;	2. Регулятивное УУД	Б. контроль, коррекция, оценка действий партнера;	3. Личностное УУД	В. постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;	4. Познавательные УУД	Г. установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом, другими словами, между результатом учения и
Вид универсального учебного действия	Действие											
1. Коммуникативное УУД	А. рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;											
2. Регулятивное УУД	Б. контроль, коррекция, оценка действий партнера;											
3. Личностное УУД	В. постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;											
4. Познавательные УУД	Г. установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом, другими словами, между результатом учения и											

		тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. Учащийся должен задаваться вопросом о том, «какое значение, смысл имеет для меня учение», и уметь находить ответ на него;
--	--	--

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

Правильный ответ:

1	2	3	4
Б	А	Г	В

7. В сфере физического воспитания преподавателями разрабатывается вся рабочая документация по планированию, исходя из отправных, официальных документов:
А) общего плана работы по физическому воспитанию и годового плана-графика учебного процесса;
Б) учебного плана образовательного учреждения и федерального государственного образовательного стандарта;
В) поурочного рабочего (тематического) плана и плана-конспекта урока;
Г) плана физкультурно-массовых мероприятий в режиме учебного дня и плана физкультурно-массовой и спортивной работы во вне учебного времени.

8. Реакция организма на физическую нагрузку по окончании урока (занятия) определяется с помощьюконтроля:
А) оперативного;
Б) текущего;
В) итогового;
Г) рубежного.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	— не аттестован — низкий	50% и менее 51% – 65 %

	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

МДК.03.02 Организация физкультурно-спортивной работы

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы

по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 г № 968.
- учебным планом специальности подготовки 49.02.01 Физическая культура от 22.02.2023 г и одобрен Ученым советом вуза протокол № 6 от 16. 02.2023 г
- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС к.п.н., доцент Дедловская М.В.

степень, звание, фамилия, имя, отчество

VI. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

а. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Организация физкультурно-спортивной работы».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в соответствии с ФГОС профессии/специальности 49.02.01 Физическая культура и рабочей программой дисциплины Организация физкультурно-спортивной работы:

знать:

- Правила вида спорта.
- Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией

уметь:

- Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, организации спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине).
- Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования.
- Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры.

владеть:

- Проведением с занимающимися теоретических занятий о правилах, технике и тактике видов спорта, о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга в спорте, скрытых или явных нарушениях спортивных правил, о гигиене, закаливании, режиме дня, врачебном контроле и самоконтроле.
- Проведением предсоревновательных теоретических занятий для изучения соревновательной практики, правил соревнований по виду спорта

(группе спортивных дисциплин), правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования.

- Наблюдение за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников.

- Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**: ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.

ПК 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодёжной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодёжи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях

ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта

ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

ПК 3.5. Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.				
	ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.	Устный опрос Самостоятельная работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5.,	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10

	ПК 3.5.			
макс:				20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.	Практическа я работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.	Контрольная работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.	Тест	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.	- Правила вида спорта. - Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией	1. Правила соревнований по баскетболу, волейболу, гандболу, настольному теннису, футболу, бадминтону, лапте, перетягиванию каната.

	- Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, организации спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине). - Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования. - Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры. - Проведением с занимающимися теоретических занятий о правилах, технике и тактике видов спорта, о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга в спорте, скрытых или явных нарушениях спортивных правил, о гигиене, закаливании, режиме дня, врачебном контроле и самоконтроле. - Проведением предсоревновательных теоретических занятий для изучения соревновательной практики, правил соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин), правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования. - Наблюдение за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников. - Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.	2. Спортивная этика, правила поведения всех участников спортивно-массовых мероприятий. Статус, функции и обязанности судьи. 3. Допинг. Права и обязанности спортсменов. Работа с юными спортсменами по ознакомлению правил поведения, связанных с допинг контролем, права и обязанности, значение допинга в спортивной жизни. 4. Оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы в физкультурно-спортивной работе. 5. Спортивные соревнования и их особенность организации. 6. Критерии определения правильности решения судей. Правила подачи апелляционных процедур.
--	--	---

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.

	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.	- Правила вида спорта. - Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, организации спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине). - Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования. - Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры. - Проведением с занимающимися теоретических занятий о правилах, технике и тактике видов спорта, о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга в спорте, скрытых или явных нарушениях спортивных правил, о гигиене, закаливании, режиме дня, врачебном контроле и самоконтроле.	1. Внешкольная работа по физическому воспитанию не проводится в: А) ДЮСШ Б) спортивном лагере В) школе Г) оздоровительном лагере 2. Самостоятельные занятия физическими упражнениями относятся к: А) внеклассной работе Б) учебной работе В) внешкольной работе Г) работе ДЮСШ 3. Как называются командные физкультурно-оздоровительные соревнования развлекательного характера? А) эстафеты Б) зарница В) праздник Г) олимпиада 4. К формам внеклассной работы относятся: А) Утренняя гимнастика Б) урок физкультуры В) Веселые старты 5. Задачи внешкольной работы это: А) Укрепление здоровья Б) повышение успеваемости по физической культуре В) воспитание патриотизма Г) удовлетворение спортивных интересов 6. Что является основным средством физического

	- Проведением предсоревновательных теоретических занятий для изучения соревновательной практики, правил соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин), правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования. - Наблюдение за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников. - Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.	воспитания? А) физические упражнения Б) беседа В) веселые старты Г) соревнования 7. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает: А) физическую и интеллектуальную активность Б) регулярное обращение к врачу В) упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек Г) упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек 8. Назовите основные физические качества человека: А) быстрота, сила, смелость, гибкость Б) быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость В) быстрота, сила, смелость, аккуратность, гибкость Г) быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность 9. Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется: А) общей физической подготовкой; Б) специальной физической подготовкой В) гармонической физической подготовкой Г) прикладной физической подготовкой 10. Какой фактор играет определяющую роль для состояния здоровья человека: А) образ жизни Б) наследственность В) климат
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
------------------	-------------------	---------------------

Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 1.5., ПК 3.5.	- Правила вида спорта. - Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией - Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, организации спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине). - Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования. - Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры. - Проведением с занимающимися теоретических занятий о правилах, технике и тактике видов спорта, о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга в спорте, скрытых или явных нарушениях спортивных правил, о гигиене, закаливании, режиме дня, врачебном контроле и самоконтроле. - Проведением предсоревновательных теоретических занятий для изучения соревновательной практики, правил соревнований по	1. Создать информационный лист о правилах поведения на спортивной площадке (спортивный зал, волейбольная площадка, баскетбольная площадка, гимнастическая арена (спортивная гимнастика), футбольное поле, бассейн и др. 2. Создать презентацию по правилам соревнований (баскетбол, волейбол, бадминтон, плавание, борьба, настольный теннис и др.) 3. После просмотра отрывка соревнования дать характеристику деятельности судей. 4. Создать презентацию и подготовить доклад на тему «Допинг»: - Что такое допинг. - Права и обязанности спортсменов. - Памятка тренеру. - Памятка родителю. - 10 вопросов о допинге. 5. Создать карточку характеристику об необходимом инвентаре и оборудовании по виду спорта (волейбол, баскетбол, настольный теннис, плавание, перетягивание каната, лапта, футбол, бадминтон, гандбол).

	виду спорта (группе спортивных дисциплин), правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования. - Наблюдение за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников. - Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.	
--	--	--

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Задания
ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 1.4.,	знать: - Правила вида	Задание 1. Прочитайте текст и установите последовательность. Установите последовательность частей проведения

ПК 1.5., ПК 3.5.	спорта.	физкультурно-спортивного праздника: заключительная часть, вводная часть, основная часть.																								
	-	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:																								
	Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией	<table><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>																								
	уметь:	Правильный ответ:																								
	-	<table><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table>	2	3	1																					
	2	3	1																							
	Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, организации спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине).	Задание 2.																								
	-	Прочитайте текст и установите последовательность.																								
	Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования.	Вводная часть может включать: 1-развлекательные номера, 2-выход и построение участников,3- подъем флага,4- почетный круг участников,5- общая разминка или разминка по станциям,6- приветственное слово организаторов.																								
	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:																									
	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>																									
	Правильный ответ:	<table><tr><td>2</td><td>6</td><td>1</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	2	6	1	3	4	5																		
2	6	1	3	4	5																					
	Задание 3.	Прочитайте текст и установите соответствие.																								
	Найдите соответствие между видом состязания и целью.																									
	<table><tr><td></td><td>Характеристика контроля</td><td></td><td>Название контроля</td></tr><tr><td>А</td><td>Бадминтон</td><td>1</td><td>Перекинуть волан на сторону соперника</td></tr><tr><td>Б</td><td>Баскетбол</td><td>2</td><td>Забросить мяч руками в корзину</td></tr><tr><td>В</td><td>Настольный теннис</td><td>3</td><td>Перекинуть мяч на сторону соперника</td></tr><tr><td>Г</td><td>Прыжки в длину</td><td>4</td><td>Выполнить как можно дальше прыжок</td></tr><tr><td>Д</td><td>Бег 100 м</td><td>5</td><td>Быстрее преодолеть дистанцию</td></tr></table>		Характеристика контроля		Название контроля	А	Бадминтон	1	Перекинуть волан на сторону соперника	Б	Баскетбол	2	Забросить мяч руками в корзину	В	Настольный теннис	3	Перекинуть мяч на сторону соперника	Г	Прыжки в длину	4	Выполнить как можно дальше прыжок	Д	Бег 100 м	5	Быстрее преодолеть дистанцию	Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :
	Характеристика контроля		Название контроля																							
А	Бадминтон	1	Перекинуть волан на сторону соперника																							
Б	Баскетбол	2	Забросить мяч руками в корзину																							
В	Настольный теннис	3	Перекинуть мяч на сторону соперника																							
Г	Прыжки в длину	4	Выполнить как можно дальше прыжок																							
Д	Бег 100 м	5	Быстрее преодолеть дистанцию																							
	Правильный ответ:	<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	А	Б	В	Г	Д	1	2	3	4	5														
А	Б	В	Г	Д																						
1	2	3	4	5																						
	Задание 4.	Прочитайте текст и установите соответствие.																								

- Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры. владеть : - Проведением с занимающимися с теоретических занятий о правилах, технике и тактике видов спорта, о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга в спорте, скрытых или явных нарушениях спортивных правил, о гигиене, закаливании, режиме дня, врачебном контроле и самоконтроле. - Проведением предсоревновательных теоретических занятий для изучения соревновательной практики, правил соревнований	Классификация игр-эстафет.			
		Характеристика контроля	Название контроля	
	А	Эстафеты на месте	1	По способу действия участников
	Б	Эстафеты комбинированные	2	По количеству заданий
	В	Эстафеты круговые	3	По способу организации
	Г	Эстафеты с передвижением	4	По способу действия участников
	Д	Эстафеты встречные	5	По способу организации
	Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :			
	Правильный ответ:			
А	Б	В	Г	Д
1	2	3	4	5
Задание 5. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Продолжительность физкультурно-спортивного праздника... 1. не более 1 часа 2. не более 2 часов 3. не более 3 часов 4. не более 4 часов				
Задание 6. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Средства для спасения утопающих в соответствии с минимальными требованиями безопасности являются: - спасательные круги, - спасательный конец Александра, - плавающая палка с крюком или кольцом на конце, - плотик для помощи на воде.				
Задание 7. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Длительность смены в детских оздоровительных лагерях?				
Правильный ответ: Продолжительность смен в детском оздоровительном лагере в период летних каникул составляет: санаторной смены не менее 24 дней для организации отдыха и оздоровления, закаливающих и лечебных лечебно-профилактических процедур; оздоровительная смена не менее 21 дня для организации отдыха, оздоровления и закаливающих процедур. Продолжительность смен в осенние, зимние и весенние каникулы рекомендуются на срок не менее 7 дней.				

	по виду спорта (группе спортивных дисциплин), правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования.	Задание 8. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Организация плавания на открытых водоемах в детских оздоровительных лагерях.											
	-	Правильный ответ: Является обязательным ежедневным мероприятием, предусмотренным планом физкультурно-спортивной работы в летнем детском оздоровительном лагере. Проводится в специально отведённых оборудованных местах с соблюдением всех мер безопасности, определённым специальными инструкциями.											
	Наблюдение за выступлением занимающегося я на спортивном соревновании, действиями судей и соперников.	Задание 9. Прочитайте текст и установите последовательность. Для организации физкультурно-спортивного мероприятия необходимо:1 иметь цель,2 создать положение (или сценарий),3 организовать судей, 4 распространить положение, 5 провести мероприятие, 6 сделать отчет. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:											
	-	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>											
	Контроль справедливост и судейства, исполнения апелляционны х процедур.	Правильный ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>4</td><td>3</td><td>5</td></tr></table>	1	2	4	3	5						
	1	2	4	3	5								
		Задание 10. Прочитайте текст и установите последовательность. Размещение иногородних участников физкультурно-спортивных мероприятий может осуществляться: в 1-гостиницах,2- пансионатах,3-санаториях,4-общежитиях,5- в частном секторе. Расставьте последовательность согласно удобству расселения со стороны организаторов. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:											
		<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>											
	Правильный ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	1	2	3	4	5							
1	2	3	4	5									
	Задание 11. Прочитайте текст и установите соответствие. Найдите соответствие между предлагаемыми системами выявления победителей и их характеристикой.												
	<table><tr><td></td><td>Характеристика контроля</td><td>Название контроля</td></tr><tr><td>А</td><td>Блиц-турнир</td><td>1 Короткие промежутки соревновательной деятельности</td></tr><tr><td>Б</td><td>Круговая система</td><td>2 Встречается каждый с каждым</td></tr><tr><td>В</td><td>Система выбывание (-1)</td><td>3 Выбывание после первого проигрыша</td></tr></table>		Характеристика контроля	Название контроля	А	Блиц-турнир	1 Короткие промежутки соревновательной деятельности	Б	Круговая система	2 Встречается каждый с каждым	В	Система выбывание (-1)	3 Выбывание после первого проигрыша
	Характеристика контроля	Название контроля											
А	Блиц-турнир	1 Короткие промежутки соревновательной деятельности											
Б	Круговая система	2 Встречается каждый с каждым											
В	Система выбывание (-1)	3 Выбывание после первого проигрыша											

Г	Смешанная система	4	Сочетание круговой системы и системы на вылет
	Д Система прямого определение мест участника	5	Ранжирование согласно выполненного того или иного физического упражнения

Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :
Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	2	3	4	5

Задание 12.
На параде открытия, каждый из организаторов выполняет свои функции. Из представленного списка установите соответствие между должностью и функциями организаторов (или лиц участвующих в проведении мероприятия).
Прочитайте текст и установите соответствие.

	Характеристика контр	Функция контроля
А	ведущий	1 проведение церемонии открытия
Б	официальные приглашенные гости	2 пожелание участникам мероприятий
В	судья при участниках мероприятия	3 вывод на парад открытия
Г	председатель	4 открывает мероприятие

Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :
Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	2	3	4	5

Задание 13.
Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Что относится к спортивным сооружениям?
1. стадионы,
2. дворцы спорта,
3. бассейны,
4. спортивные площадки,
5. специально оборудованные под спортивные залы нежилые помещения
6. раздевалки

Задание 14.
Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Какие системы выявления победителей существуют из

		перечисленных ниже 1. круговая 2. с выбыванием 3. смешанная 4. прямого определения 5. парная Задание 15. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Каковы плюсы и минусы круговой системы определения победителя? Правильный ответ: Плюсы: круговая система проведения соревнования позволяет объективно определить победителя и оценить уровень каждого участника соревнований. Минусы: значительные временные затраты необходимы для проведения соревнований с использованием данной системы Задание 16. Кто является организатором физкультурного мероприятия? Правильный ответ: Организатор физкультурного мероприятия - это юридическое или физическое лицо, по инициативе которого проводится физкультурное мероприятие и которое осуществляет организационное, финансовое и иное обеспечение подготовки и проведения такого мероприятия. Задание 17. Прочитайте текст и установите последовательность. По данным Росстата за период 2010-2020 г.г. ранжирование участие волонтеров в: 1-благоустройство и очистка территорий, 2- помощь животным, 3- событийное и спортивное добровольчество Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> Правильный ответ: <table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> </table> Задание 18. Прочитайте текст и установите последовательность. Расставьте согласно значимости виды деятельности в Спортивном волонтерстве 1-Участие в организации и (или) проведении физкультурных и спортивных мероприятий 2-Участие в организации и деятельности объектов спорта 3-Участие в организации и проведении спортивных мероприятий среди лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов 4-Участие в пропаганде здорового образа жизни, физической культуры и спорта				1	2	3
1	2	3						

5-Вовлечение в добровольческую (волонтерскую) деятельность

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--	--

Правильный ответ:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Задание 19.

Прочитайте текст и установите соответствие.

Определите соответствие поощрений по видам.

	Характеристика контроля		Название контроля
А	коммуникационная программа для волонтера	1	Нематериальное поощрение
Б	интервью с волонтерами	2	Нематериальное поощрение
В	обучение	3	Нематериальное поощрение
Г	публикации в СМИ о волонтере	4	Нематериальное поощрение
Д	денежное вознаграждение	5	Материальное поощрение

Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :

Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	2	3	4	5

Задание 20.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа.

Кто может стать волонтером?

- **любой человек от 14 лет**
- совершеннолетний гражданин
- человек любого возраста

Задание 21.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа.

В какой документ фиксируется деятельность волонтера?

- паспорт
- трудовая книжка
- **личная книжка волонтера**

Задание 22.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Что фиксируется в личной книжке волонтера?

Правильный ответ:

Личная книжка волонтера предназначена для учета волонтерской деятельности и содержит сведения о «трудовом» стаже добровольца, его поощрениях и дополнительной подготовке. В личной книжке отмечаются такие виды деятельности как: донорство, патриотическая деятельность, социальное волонтерство, работа с детьми группы риска, поисковая работа, работа при пожарах, поиск пропавших людей и ряд других.

Задание 23.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Слово волонтер произошло от французского слова, которое в переводе означает...

Правильный ответ:

Слово волонтер произошло от французского *volontaire*, которое в свою очередь произошло от латинского *voluntarius*, и в дословном переводе означает доброволец, желающий.

Задание 24.

Прочитайте текст и установите последовательность.

Для участия в сдачах норм ГТО необходимо:

- 1- Получить медицинский допуск (справка, в которой указано “Допущен к сдаче норм ГТО”) с печатью и подписью врача.
 - 2-В день выполнения норм вам необходимо явиться лично, и предоставить в Центр тестирования по нормативам ВФСК ГТО оригиналы документов.
 - 3-Явиться по графику сдачи норм.
 - 4- Пройти регистрацию в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» на Всероссийском портале комплекса по адресу www.gto.ru
- Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

Правильный ответ:

4	1	2	3
---	---	---	---

Задание 25.

Прочитайте текст и установите последовательность.

В какой последовательности необходимо проводить испытания ГТО?

1-Стрельба, бег 3000 м, 2- прыжок в длину с места толчком двумя ногами, 3- сгибание-разгибание рук в висе на высокой перекладине.

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--

Правильный ответ:

2	1	3
---	---	---

Задание 26.

Прочитайте текст и установите соответствие.

Определите соответствие между нормативом и местом проведения.

	Характеристика контроля		Название контроля
А	Сгибание и разгибание рук в висе на высокой перекладине	1	стадион
Б	Бег 30 м	2	стадион
В	Туристический поход	3	пересеченная местность
Г	Плавание 50 м	4	бассейн
Д	Стрельба	5	тир

Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :
Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	2	3	4	5

Задание 27.

Прочитайте текст и установите соответствие.

Определить соответствия между возрастом школьника и ступенью комплекса ГТО.

	Характеристика контроля		Название контроля
А	Школьники 6-7 лет	1	1 ступень
Б	Школьники 8-9 лет	2	2 ступень
В	Школьники 10-11 лет	3	3 ступень
Г	Школьники 12-13 лет	4	4 ступень
Д	Школьники 14-15 лет	5	5 ступень

Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :
Правильный ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	2	3	4	5

Задание 28.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа.

ВФСК ГТО - это...

1. всероссийская физическая спортивная культура готов к труду и обороне

		2. всемирная федерация спортивной культуры готов к труду и обороне 3. всероссийский физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне 4. высший физкультурно-совершенный комплекс готов к труду и обороне Задание 29. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Сколько ступеней комплекса ГТО существует? 12 16 18 20 Задание 30. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Какие прыжки существуют в тестах (испытаниях) для участников ГТО всех ступеней. Поясните правильность технического выполнения каждого. Правильный ответ: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см). Испытуемый встает так, чтобы не наступать на линию. Делает маховые движения руками, одновременно оттолкнувшись двумя ногами, выполняет прыжок вперед. При приземлении необходимо зафиксировать положение, затем пройти вперед (не назад). Задание 31. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Когда появился впервые ГТО? И какие отличия были от современного ГТО? Правильный ответ: 11 марта 1931 года в СССР было основано физкультурное движение ГТО (Готов к труду и обороне). Первоначально значок могли получить только мужчины старше 18 лет и женщины старше 17 лет. Среди мужчин и женщин выделялось по три возрастных категорий. ГТО было делом добровольным. Каждый мог выбирать те дисциплины, которые был способен выполнить. Нормативы состояли из двух блоков. Первый – умение оказать медицинскую помощь, военизированные и технические навыки. Во втором блоке были непосредственно спортивные занятия. Первый комплекс ГТО 1931 года состоял из I ступени и предполагал выполнение 15 нормативов: подтягивание, прыжки, плавание, бег, лыжные гонки, гребля, велоспорт, стрельба, метание гранаты и др. С 1933-го гражданам, решившим сдать ГТО, приходилось также ползать по-пластунски с винтовкой и в противогазе.
--	--	--

Задание 32.

Прочитайте текст и установите последовательность.

В минимальный, юридически значимый, перечень структурных компонентов образовательной программы), входят:

- 1- учебный план,
 - 2 -методические материалы,
 - 3-календарный учебный график,
 - 4-оценочные материалы,
 - 5-рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), в том числе аннотации к ним,
- Запишите в последовательности разработки документов. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--	--

Правильный ответ:

1	3	5	4	2
---	---	---	---	---

Задание 33.

Прочитайте текст и установите последовательность.

Содержание программы в зависимости от ее специфики может быть отражено в следующих структурных компонентах программы:

- 1-в методических материалах
- 2-в рабочих программах учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)
- 3-в специально выделенном структурном компоненте образовательной программы
- 4-в учебном плане

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

Правильный ответ:

4	2	1	3
---	---	---	---

Задание 34.

Прочитайте текст и установите соответствие.

Расставьте соответствие между группами и сроками их набора.

	Характеристика контро	Название контроля
А	с 1 июня по 31 августа	1 комплектование групп второго и последующих лет обучения
Б	с 1 июня по 15 сентября	2 набор и комплектование групп первого года обучения
В	течение всего учебного года	3 дополнительный набор

Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :

Правильный ответ:

А	Б	В
1	2	3

Задание 35.

Прочитайте текст и установите соответствие.

	Характеристика контроля		Название контроля
А	образовательные программы, в рамках которых идет подготовка по видам спорта, обозначенным во Всероссийском реестре видов спорта	1	физкультурно-спортивная направленность
Б	образовательные программы по смежным видам деятельности, находящимся на стыке технической и художественной направленностей	2	техническая направленность
В	программы по развитию дошкольников	3	социально-педагогический
Г	образовательные программы военно-патриотической тематики	4	туристско-краеведческая направленность

Запишите соответствующую расстановку цифр под буквами :

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
1	2	3	4

Задание 36.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Образовательные программы по техническим видам спорта (авто-, авио-, судо- моделирование и др.) следует относить к физкультурно-спортивной направленности...

1. социально-педагогической
2. **физкультурно-спортивной**
3. туристическо-краеведческой
4. **технической**

Задание 37.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Какие направленности по дополнительным образовательным

	программам существуют? 1. художественная, 2. техническая, 3. туристско-краеведческая, 4. естественнонаучная, 5. физкультурно-спортивная, 6. социально-педагогическая. Задание 38. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Что такое дополнительная общеразвивающая программа интегрированная по двум направлениям? Правильный ответ: Это дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа включающая содержание и виды деятельности, относящиеся к разным направленностям. В этом случае содержание каждой направленности не может составлять менее 8 академических часов и/или менее 25% всего объема образовательной программы. Задание 39. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. В чем определяется объем образовательных программ. Правильный ответ: Академический час – установленная продолжительность занятий по учебному плану образовательной программы, не превышающая 45 минут. Данное требование прямо не закреплено в нормативной базе для ДООП, но логически следует из нормативной базы, закрепляющей особенности рабочего времени педагогических работников, единицу объема услуг по реализации ДООП для расчета нормативных затрат, а также санитарные нормы. Также в академических часах целесообразно определять трудоемкость учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик, требуемую для учебного плана.
--	---

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%