

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Р.ГАМЗАТОВА»  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
КАФЕДРА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН



УТВЕРЖДАЮ

И.о. начальника УМУ

Р.Д. Гаджиев

«25» 06 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ОПЦ.13 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-  
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление подготовки 49.02.01 Физическая культура  
Квалификация: педагог по физической культуре и спорту  
Срок обучения по ОП: 3г 10м (очное обучение) 4г.4 мес (заочное обучение)  
Форма обучения: очная, заочная  
Образовательный стандарт (ФГОС) N 968 от 11.11.2022

Махачкала 2025

Автор(ы)-составитель(и): Гасанов Р.М.

**Фонд оценочных средств утвержден на заседаниях:**

Кафедры профессиональных дисциплин  
(протокол № 6 от «21» января 2025г.)

Зав. кафедрой: Салманова Д.А., к.п.н., доцент  21.01. 2025 г.  
(ФИО, ученое звание) (подпись) (дата)

Педагогического совета профессионально-педагогического  
колледжа ДГПУ им.Р.Гамзатова  
(протокол №2 от «25» февраля 2025 г.)

Председатель Магарамов Ш.А., к.и.н., доцент  
(ФИО, ученое звание)

 25.02.2025 г.  
(подпись) (дата)

Учебно-методического совета ДГПУ им. Р.Гамзатова  
(протокол № 4 от «25» 06 2025г.)

Председатель УМС: д.ф.н., профессор, Дибиров И.А.  25.06.2025 г.  
(ФИО, ученое звание) (подпись) (дата)

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**
- 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ**
- 3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ и ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**
  - 3.1. Формы и методы оценивания
  - 3.2. Фонд оценочных средств для текущего контроля
  - 3.3. Критерии оценивания
  - 3.4. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации
  - 3.5. Ключи к тестам
  - 3.6. Критерии оценивания
- 4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (ФОС) разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. № 968 и в соответствии с рабочей программой дисциплины **ОПЦ.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности.**

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме зачета с оценкой, которые позволяют оценить уровень достижения, запланированных результатов обучения по учебной дисциплине.

**Текущий контроль** успеваемости осуществляется с целью регулярного наблюдения за ходом поэтапного освоения обучающимися материалом учебной дисциплины, оптимизации управления образовательной деятельностью обучающихся, своевременной корректировки персональных образовательных результатов, обучающихся педагогическими средствами.

Текущему контролю успеваемости подлежат все обучающиеся, осваивающие учебную дисциплину.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на изучение дисциплины традиционными и инновационными методами с использованием современных технологий.

Результаты текущего контроля успеваемости обучающихся в виде оценки в балльном выражении («5», «4», «3», «2») записываются в журнале учебных занятий.

**Промежуточная аттестация** по учебной дисциплине проводится с целью оценки уровня освоения теоретических знаний, умений, приобретенного практического опыта.

Формы и периодичность промежуточной аттестации по дисциплине определяются учебным планом образовательной программы: зачет с оценкой в 8 семестре.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности направлен на формирование общих и профессиональных компетенций.

Освоение учебной дисциплины должно способствовать формированию общих компетенций:

- **ОК 01.** Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
- **ОК 03.** Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;
- **ОК 05.** Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
- **ОК 08.** Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен овладеть профессиональными компетенциями:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен овладеть профессиональными компетенциями:

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 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 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга.

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.

ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен получить **практический опыт**:

- организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике, лёгкой атлетике, спортивным играм, плаванию, подвижным играм) и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- планирования и проведения учебных занятий по физической культуре;
- использования профессионально значимых двигательных действий по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

- планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике, лёгкой атлетике, спортивным играм, плаванию, подвижным играм, лыжному спорту, туризму) и новым видам физкультурноспортивной деятельности;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурноспортивной деятельности;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

**знать:**

- историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- терминологию изученных базовых и новых видов физкультурноспортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;
- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по изученным базовым видам спорта;
- разновидности спортивно-оздоровительных 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.

### Общие компетенции:

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>• анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li> <li>• определять этапы решения задачи;</li> <li>• выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>• составить план действия;</li> <li>• определить необходимые ресурсы;</li> <li>• владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>• реализовать составленный план;</li> <li>• оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</li> <li>• основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>• алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>• методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>• структуру плана для решения задач;</li> <li>• порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li> </ul>
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности;</li> <li>• применять современную научную профессиональную терминологию;</li> <li>• определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования;</li> <li>• выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи;</li> <li>• презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности;</li> <li>• оформлять бизнес-план;</li> <li>• рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования;</li> <li>• определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности;</li> <li>• презентовать бизнес-идею;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>определять источники финансирования</li> </ul>
		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>содержание актуальной нормативно-правовой документации;</li> <li>современная научная и профессиональная терминология;</li> <li>возможные траектории профессионального развития и самообразования;</li> <li>основы предпринимательской деятельности;</li> <li>основы финансовой грамотности;</li> <li>правила разработки бизнес-планов;</li> <li>порядок выстраивания презентации;</li> <li>кредитные банковские продукты</li> </ul>
<b>ОК 05</b>	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе</li> </ul>
		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>особенности социального и культурного контекста;</li> <li>правила оформления документов и построения устных сообщений.</li> </ul>
<b>ОК 08</b>	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности</li> </ul>
		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>основы здорового образа жизни;</li> <li>условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>средства профилактики перенапряжения</li> </ul>

### Профессиональные компетенции:

Код компетенции	Показатели освоения компетенции
-----------------	---------------------------------

<p><b>ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу</b></p>	<p><b>Навыки:</b>  ~ разработки общего плана физкультурно-спортивной работы анализа и оценки физкультурно-спортивной работы.</p> <p><b>Умения:</b>  ~ определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы;  ~ разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы;  ~ оценивать результативность физкультурно-спортивной работы.</p> <p><b>Знания:</b>  ~ нормативные документы, регламентирующих организацию физкультурно-спортивной работы в РФ цели и задачи физкультурно-спортивной работы;  ~ направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы;  ~ показатели результативности физкультурно-спортивной работы.</p>
<p><b>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</b></p>	<p><b>Навыки:</b>  ~ разработки планов и программ по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи  ~ разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи  ~ проведения физкультурных мероприятий, направленных на формирование правовых, культурных, нравственных ценностей, решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи</p> <p><b>Умения:</b>  ~ разрабатывать планы и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи  ~ разрабатывать планы и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи  ~ использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи;</p>
<p><b>ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия</b></p>	<p><b>Навыки:</b>  ~ анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий;  ~ планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятий;  ~ планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятий;  ~ наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, разработки предложений по их совершенствованию;  ~ проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;  ~ проведения инструктажа по технике безопасности в процессе</p>

	<p>организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия;</p> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия;</li> <li>~ технологии организации физкультурно- оздоровительной и спортивно-массовой работы;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ сущность, цель, задачи, функции, формы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>~ -методики проведения физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>~ методiku проведения спортивно- оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий;</li> <li>~ - технику безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>~ требования к комплектованию состава группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;</li> <li>~ подходы к анализу физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</li> </ul>
<p><b>ПК 1.4.</b> <b>Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта</b></p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ осуществлять коммуникации с волонтерами в области физической культуры и спорта;</li> <li>~ определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта;</li> <li>~ методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> <li>~ методики контроля уровня подготовленности волонтеров в области физической культуры и спорта</li> </ul>
<p><b>ПК 1.5.</b> <b>Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса</b></p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ участия в проведении спортивного соревнования или мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов); -наблюдения и анализа спортивного соревнования или мероприятия по выполнению населением</li> <li>~ различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов);</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ разрабатывать расписание спортивных соревнований и мероприятий по тестированию населения;</li> <li>~ планировать работу судейской коллегии;</li> <li>~ оценивать соответствие мест проведения спортивных соревнований и мероприятий, спортивных снарядов, инвентаря, оборудования требованиям;</li> <li>~ пользоваться контрольно – измерительными приборами;</li> <li>~ координировать действия участников тестирования при выполнении</li> </ul>

	<p>ими испытаний (тестов);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ осуществлять контроль соблюдения участниками тестирования правил выполнения испытаний (тестов);</li> <li>~ анализировать события и технические действия участников, а также решения судей с точки зрения правил вида спорта, этических норм в области спорта; - организовывать и проводить церемонии открытия и закрытия спортивного соревнования, мероприятия по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов);</li> <li>~ оформлять документы при подготовке, организации и проведении спортивных соревнований, мероприятий по выполнению населением всероссийского физкультурно- спортивного комплекса;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ основные положения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;</li> <li>~ особенности организации работы по введению и реализации всероссийского физкультурно-спортивного комплекса;</li> <li>~ порядок организации и проведения мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов);</li> <li>~ требования к лицам, проходящим тестирование по выполнению нормативов испытаний (тестов);</li> <li>~ состав и содержание испытаний (тестов) для различных категорий населения;</li> <li>~ квалификационные требования к судьям по виду спорта, к судьям мероприятия по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов);</li> <li>~ состав главной судейской коллегии по виду спорта, мероприятия и функции спортивных судей;</li> <li>~ правила вида спорта, в соответствии с которым проводятся спортивные соревнования или мероприятия по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов);</li> <li>~ положение или регламент и программа спортивных соревнований;</li> <li>~ методы календарного планирования спортивных соревнований и мероприятий по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов);</li> <li>~ нормативные требования к объектам спорта, спортивным сооружениям, спортивному оборудованию, инвентарю, используемому при проведении спортивного соревнования, мероприятия по выполнению населением норм всероссийского физкультурно- спортивного комплекса;</li> <li>~ правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники;</li> <li>~ порядок обеспечения безопасности спортивных требования к документальному оформлению подготовки, организации и проведения спортивных соревнований, мероприятий по выполнению населением норм всероссийского физкультурно- спортивного комплекса</li> </ul>
<p>ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга</p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ проведения образовательных и пропагандистских мероприятий, направленные на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности;</li> <li>~ проводить образовательные и пропагандистские мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ общероссийские антидопинговые правила и антидопинговые правила,</li> </ul>

	утвержденные международными антидопинговыми организациями
<p><b>ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.</b></p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ определения цели и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой;</li> <li>~ планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами планирования последовательности освоения разделов учебного предмета «Физическая культура и физические упражнения в учебном году;</li> <li>~ изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры;</li> <li>~ разработки документов планирования физического воспитания</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;</li> <li>~ планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;</li> <li>~ планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий;</li> <li>~ разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ значение, место и основные исторические этапы становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании;</li> <li>~ учебный предмет «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ;</li> <li>~ требования и логика планирования учебного процесса по физической культуре;</li> <li>~ общая цель и задачи физического воспитания обучающихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода.</li> </ul>
<p><b>ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре</b></p>	<p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ проведения уроков физической культуры в соответствии с их разновидностями, программными требованиями, возрастными особенностями обучающихся и состоянием их здоровья.</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>~ применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;</li> <li>~ использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков физической культуры, достижения необходимой общей и моторной «плотности»;</li> <li>~ обучать технике физических упражнений согласно методики поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам;</li> <li>~ осуществлять комплексное и направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возраста и физической подготовленности обучающихся;</li> <li>~ дозировать физическую нагрузку, исходя из возраста обучающихся, их физической подготовленности, состояния здоровья и специфики выполняемых упражнений;</li> <li>~ использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса;</li> <li>~ формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями;</li> <li>~ разрабатывать, в соответствии с тематикой уроков, самостоятельную работу по учебному предмету, адаптированную для выполнения в домашних условиях;</li> <li>~ использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья использовать в воспитании обучающихся возможности урока физической культуры использовать и оборудовать места для занятий, применять спортивный и учебный инвентарь.</li> </ul>
--	---

**ОПЦ.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности.**

№	Наименование темы	ПК, ОК	Текущий контроль успеваемости	Промежуточная аттестация
1	2	3	4	6
<b>Содержание учебного материала ..(легкая атлетика)</b>		ОК 01;ОК 03; ОК 05; ОК 08; ПК 1.1.; ПК 1.2; ПК 1.3.; ПК 1.4; ПК 1.5; ПК 1.6; ПК 3.1; ПК3.2;	Устный опрос, тестирование	Диф. зачет
1	Тема 1.1. Легкая атлетика как вид физкультурно- спортивной деятельности			
2	Тема 1.2. Основы техники и методики обучения бегу			
3	Тема 1.3. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам			
4	Тема 1.4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим метаниям.			
5	Тема 1.5. Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС			
6	Тема 1.6. Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики			
7	Тема 1.7. Основы судейства по лёгкой атлетике	ОК 01;ОК 03; ОК 05; ОК 08; ПК 1.1.; ПК 1.2; ПК 1.3.; ПК 1.4; ПК 1.5; ПК 1.6; ПК 3.1; ПК3.2;	Устный опрос, тестирование	
<b>Содержание учебного материала (гимнастика)</b>				
1.	Тема 2.1. Гимнастическая терминология			
2.	Тема 2.2. Методические особенности проведения строевых упражнений			
3.	Тема 2.3. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений			
4.	Тема 2.4. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям			
5.	Тема 2.5. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВС			
6.	Тема 2.6.Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики			
7.	Тема 2.7. Методика проведения прикладных упражнений			
8	Тема 2.8. Основы судейства соревнований по гимнастике	ОК 01;ОК 03; ОК 05; ОК 08; ПК 1.1.; ПК 1.2; ПК 1.3.; ПК 1.4; ПК 1.5; ПК 1.6; ПК 3.1; ПК3.2;	Выполнение практической работы	
<b>Содержание учебного материала. (спортивные и подвижные игры)</b>				
1	Тема 3.1. Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта			
2.	Тема 3.2. Основы техники спортивных игр			
3	Тема 3.3. Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх			
4	Тема 3.4. Основы тактики в спортивных играх			
5	Тема 3.5. Методика обучения тактическим приёмам в спортивных играх			
6	Тема 3.6. Методика развития физических качеств посредством спортивных игр в ИВС			
7	Тема 3.7. Организация и методика проведения занятий посредством спортивных игр			
8	Тема 3.8. Основы судейства по спортивным играм	Выполнение практической работы		

9	Тема 3.9. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся			
	<b>Содержание учебного материала. (плавание)</b>			
1	Тема 4.1. Плавание как вид физкультурно- спортивной деятельности	ОК 01;ОК 03; ОК 05; ОК 08; ПК 1.1.; ПК 1.2; ПК 1.3.; ПК 1.4; ПК 1.5; ПК 1.6; ПК 3.1; ПК3.2;	Устный опрос, тестирование	Диф.зачет
2	Тема 4.2. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов			
3	Тема 4.3. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам			
4	Тема 4.4. Методика обучения детей плаванию			
5	Тема 4.5. Организация и методика проведения занятий			
6	Тема 4.6. Основы прикладного плавания			
7	Тема 4.7. Организация и проведение соревнований по плаванию			

### **3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

#### **3.1. Формы и методы оценивания**

Формы текущего контроля по дисциплине:

- ~ устный опрос (фронтальный, индивидуальный, комбинированный);
- ~ тестирование (письменное или компьютерное);
- ~ письменная проверка (ответы на вопросы, решение задач и примеров, составление тезисов, рефератов, выполнение схем, выполнение заданий для самостоятельной работы и др.);
- ~ практическая проверка (при проведении практических и лабораторных занятий).

Возможны и другие формы текущего контроля успеваемости, в том числе инновационные на основе информационно-коммуникационных технологий.

Преподаватель на одном учебном занятии может использовать одну или несколько форм текущего контроля.

Промежуточная аттестация оценивает результаты учебной деятельности обучающихся за семестр (полугодие).

Основными формами промежуточной аттестации являются:

- дифференцированный зачет.

#### **3.2. Фонд оценочных средств для текущего контроля**

##### ***Задание для устного опроса по темам***

1. Игры и развлечения на воде: классификация и характеристика; выбор игр в зависимости от этапа обучения, методические требования; место игр в учебном и учебно-тренировочном процессе.
2. Классификация, характеристика и особенности эксплуатации спортивных сооружений для обучения, тренировки и других мероприятий на воде; инвентарь и оборудование.
3. Методическая последовательность изучения элементов техники способов плавания и ее разновидности.
4. Организация проведения соревнований по плаванию; обязанности судей и их взаимодействие; подготовка и проведение открытия и закрытия.
5. Особенности организации и методика обучения плаванию лиц различного возраста, пола, уровня подготовленности и других факторов.
6. Формы организации занятий по гимнастике.
7. Методика проведения занятий по гимнастике.
8. Характерные особенности общеразвивающих упражнений, классификация, задачи, методика применения и проведения общеразвивающих упражнений.
9. Применение средств лёгкой атлетики в занятиях по другим видам спорта.
10. Двигательные способности, определяющие эффективность выполнения легкоатлетических упражнений.
11. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам.
12. Техника бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)
13. Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции
14. Техника бега на короткие дистанции (100, 200, 400 м): разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование, бег по виражу (повороту).
15. Техника эстафетного бега (4x100); способы передачи эстафеты
16. Возникновение и развитие спортивных игр.
17. Характеристика спортивных игр и их специфические признаки.
18. Классификация техники игры.

19. Техника нападения.
20. Техника защиты.
21. Методика обучения тактическим действиям в нападении.
22. Методика обучения тактическим действиям в защите.
23. Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм.
24. Способы проведения соревнований по спортивным играм (система розыгрыша)
25. Правила игры. Основы судейства.

### **Практические работы/Лабораторные работы**

Практическая работа № 1. Освоение методики обучения бегу на средние и длинные дистанции

Практическая работа № 2. Освоение техники бега на короткие дистанции (100,200, 400 м), (4x100)

Практическая работа № 3. Освоение методики обучения бегу на короткие дистанции (100,200,400 м), (4x100)

Практическая работа № 4. Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»: отталкивание, переход через планку, разбег

Практическая работа № 5. Освоение методики развития двигательных способностей посредством легкой атлетики

Практическая работа № 6. Применение правил судейства в разных видах легкой атлетики.

Практическая работа №7. Запись гимнастических упражнений (формы и типы записи упражнений, текстовая запись конкретных упражнений)

Практическая работа № 8 Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ без предмета

Практическая работа № 9. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ с предметами (с мячом, с гимнастической палкой, на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке и т.д.)

Практическая работа № 10. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (группировка, перекувырки, кувырок вперед и назад, стойка на лопатках, стойка на голове и руках, стойка на руках, мост, переворот боком «колесо» и т.д.)

Практическая работа № 11. Освоение методики развития двигательных способностей посредством гимнастики

Практическая работа № 12. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения в игре

Практическая работа № 13. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты в игре.

Практическая работа № 14. Освоение методики развития двигательных способностей посредством спортивных игр.

Практическая работа № 15. Формы организации занятий по спортивным играм

Практическая № 16. Методика проведения занятий по спортивным играм

Практическая работа № 17. Освоение методики проведения занятий по спортивным играм

Практическая работа № 18. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм

### **Примерные задания для самостоятельной проработки**

1. Составление конспекта «Особенности организации, содержание и методика проведения внеклассной работы по гимнастике». Проведение самостоятельных форм занятий гимнастикой (зарядка, выполнение домашних заданий, индивидуальные тренировки), их организация, содержание и методика проведения.
2. Составление конспекта: Особенности проведения подвижных игр на переменах, в спортивных секциях, группах продленного дня.
3. Составление конспекта: основные приемы игры, разметка площадки, основные жесты судей.
4. Составление конспекта: Планирование и построение занятий в школе по волейболу.
5. Составление плана гимнастических упражнений с помощью их записи.
6. Составление конспекта: Прикладное и оздоровительное плавание.
7. Составление плана обучения спортивным способам плавания
8. Составление плана освоения методики обучения стартам и поворотам

### **3.3. Критерии оценивания**

#### **Критерии оценки для тестирования:**

- «5» - 85-100% верных ответов
- «4» - 69-84% верных ответов
- «3» - 51-68% верных ответов
- «2» - 50% и менее

#### **Критерии оценивания практической/лабораторной работы:**

Оценка «5» ставится, если учащийся выполняет работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности, все этапы работы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов, соблюдает требования правил техники безопасности, правильно и аккуратно выполняет все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, правильно выполняет анализ погрешностей.

Оценка «4» ставится, если выполнены все требования к оценке «5», но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета

Оценка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной ее части позволяет получить правильный результат и вывод, или если в ходе проведения опыта и измерения были допущены ошибки

Оценка «2» ставится, если работа выполнена не полностью, или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильных выводов, или если опыты, измерения, вычисления, наблюдения производились неправильно.

#### **Критерии оценки результатов выполнения внеаудиторной (самостоятельной) работы**

Работа выполнена полностью, демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять, последовательно и правильно выполнены все задания, сделаны выводы.

Оценка «5» - «отлично» выставляется, если работа выполнена полностью; демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; последовательно, правильно выполнены все задания; демонстрируется умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

Оценка «4» - «хорошо» выставляется, если работа выполнена полностью; демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; последовательно, правильно выполнены все задания; возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; демонстрируется умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

Оценка «3» - «удовлетворительно» выставляется, если студент демонстрирует

затруднения с комплексным выполнением работы; неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; выполняет задания при подсказке преподавателя; затрудняется в формулировке выводов.

Оценка «2» - «неудовлетворительно» выставляется, если работа не выполнена или выполнена неправильно; дана неправильная оценка предложенной ситуации; отсутствует теоретическое обоснование выполнения заданий.

### 3.4. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

#### ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

##### Вариант 1.

#### 1. В группу прикладных упражнений входят:

- а) – катание на роликах
- б) – лазание
- в) – упражнения на кольцах

#### 2. К оздоровительным видам гимнастики относятся

- |                   |                           |                    |
|-------------------|---------------------------|--------------------|
| А) 1 – акробатика | <u>Б) 1 – ритмическая</u> | В) 1 - вводная     |
| 2 – атлетическая  | <u>2 – лечебная</u>       | 2 - женская        |
| 3 – лечебная      | <u>3 – гигиеническая</u>  | 3 - основная       |
| 4 – основная      | <u>4 – коррекционная</u>  | 4 - художественная |

#### 3. При записи гимнастических упражнений применяют следующие формы

- а) Текстовая и рисунки
- б) Описательная и графическая
- в) Обобщенная, конкретная терминологическая, сокращенная, графическая

#### 4. Гимнастика использует следующие группы средств (выделить наиболее точный ответ)

- а) Строевые упражнения, ОРУ, прикладные упражнения, футбол, настольный теннис, упражнения художественной гимнастики
- б) Упражнения на снарядах, ОРУ, легкая атлетика, акробатические упражнения, спортивные игры, хореография, танцы
- в) Строевые упражнения, ОРУ, прикладные упр., упр. на гимнастических снарядах, акробатические упр., вольные упр.

#### 5. Спортивные виды гимнастики направлены на:

- а) Достижение высокого технического мастерства в избранном виде
- б) Формирование красивой фигуры
- в) Укрепление здоровья, формирование знаний и умений в области физкультуры, содействие высокой работоспособности и жизнедеятельности занимающихся

#### 6. Методика обучения двигательному действию имеет:

- а) три этапа (начальный, углубленный, этап совершенствования)
- б) два этапа (разучивания и закрепления)
- в) четыре этапа (создания представления о двигательном действии, обучения, исправления ошибок и повторения)

#### 7. Для размыкания группы приставными шагами подается команда:

- а) «На два (три) шага – разойдись!»
- б) Группа, от середины на два(три) шага приставными шагами –разомкнись!»
- в) «На два (три) приставных шага – построились!»

**8. Что соответствует схеме выполнения общеразвивающих упражнений по типу зарядки?**

- а) упражнения, выполняемые «от центра к периферии» (туловище, руки, ноги и т.д.);
- б) упражнения, выполняемые сверху вниз (голова, плечи, руки, туловище и т.д.);
- в) упражнения, выполняемые снизу вверх (ноги, таз, туловище и т.д.).

**9. Для перестроения группы из одной шеренги в две подается команда:**

- а) «В две шеренги –по два становись!»
- б) «В две шеренги – перестройсь!»
- в) «В две шеренги – стройся!»

**10. Для изменения движения колонны в противоположном направлении подается команда:**

- а) «Противоходом налево (направо) – марш!»
- б) «Обратно в обход– марш!»
- в) Змейкой налево (направо) – марш!»

**11. Для какой части урока характерна физическая нагрузка, вызывающая увеличение ЧСС не более чем от 140 - 160 уд/мин.:**

- а) подготовительной;
- б) основной;
- в) заключительной.

**12. Объем нагрузки на уроке следует повышать за счет:**

- а) количества повторений упражнений;
- б) увеличения темпа их выполнения;
- в) использования предметов.

**13. Первые признаки утомления занимающихся на уроке определяются по:**

- а) внешним показателям (потоотделение, покраснение) и ЧСС;
- б) потере координации движений;
- в) АД и бледности.

**14. К видам учета успеваемости относятся:**

- а) текущий, итоговый, предварительный
- б) итоговый, перспективный, каждодневный
- в) контрольный, оперативный, предварительный.

**15. Оценить результативность проведённого урока можно в первую очередь по следующим критериям:**

- а) по пульсу и внешним признакам утомления;
- б) по общей и моторной плотности занятия;

**16. Классификацию подвижных игр в зависимости от сложности взаимоотношений между участниками, различают:**

- а) Подвижные игры с бегом, с прыжками, с метанием.
- б) Некомандные, переходные, командные подвижные игры.
- в) Подвижные игры с предметами и без предметов.
- г) Сложные и простые подвижные игры.

**17. Подвижные игры отличаются от спортивных игр:**

- а). Отсутствием правил, утвержденных Федерацией по виду спорта.
- б). Ограничением возраста участников.
- в). Отсутствием правил.

г). Отсутствием судей.

**18. Деятельность руководителя подвижной игры начинается:**

- а). С выбора игры.
- б). С подготовки места и инвентаря к проведению игры
- в). С организации игры
- г). С объяснения игры.

**19. Выберите последовательность объяснения содержание подвижной игры:**

- а). Название игры - правила игры - ход игры – цель игры – роли и расположение играющих на площадке.
- б). Название игры – цель игры - правила игры - ход игры– роли и расположение играющих на площадке.
- в). Название игры – роли и расположение играющих на площадке - ход игры – цель игры – правила игры.
- г). Название игры - ход игры - правила игры – цель игры – роли и расположение играющих на площадке.

**20. При проведении подвижных игр необходимо использовать только сигнальные слова, заменяя другие звуковые сигналы:**

- а). В младшем школьном возрасте.
- б). В среднем школьном возрасте.
- в). В старшем школьном возрасте.
- г). В дошкольном возрасте.

**Вариант 2**

**1. Техника игры гандбол состоит из следующих разделов (по характеру игровой деятельности):**

- а). Техника игры полевого игрока и техника игры вратаря.
- б). Техника нападения и техника защиты.
- в). Техника передвижений и техника владения мячом.
- г). Техника передвижений, техника ловли и передач мяча, техника бросков мяча, техника ведения мяча.

**2. Ведение мяча в гандболе осуществляется:**

- а). Одной рукой или одновременно двумя руками.
- б). Правой рукой.
- в). Одной рукой или поочерёдно правой и левой рукой.
- г).левой рукой.

**2. Тактика нападения и тактика защиты полевого игрока в гандболе делится на следующие разделы**

- а). Индивидуальные и коллективные тактические действия
- б). Индивидуальные, групповые и командные тактические действия
- в). Самостоятельные, коллективные и командные тактические действия
- г). Тактические действия в поле и тактические действия с вратарём

**4. Командные действия в гандболе, в защите подразделяют на:**

- а). Личную, зонную, смешанную защиту
- б). По всему полю, в зоне ближних бросков
- в). С вратарём и без вратаря
- г). В стандартных и нестандартных положениях

**5. Обучения технике двигательного действия в гандболе состоит из**

- а). Два этапа
- б). Три этапа
- в). Четыре этапа
- г). Пять этапов

**6. «Плавание» - это.....:**

- а). умение плавать спортивными способами;
- б). умение держаться и передвигаться в водной среде с посторонней помощью;
- в). умение держаться и передвигаться в водной среде без поддерживающих устройств и посторонней помощи.

**7. В классификации плавания не существует:**

- а). прикладное плавание;
- б). узорное плавание;
- в). спортивное плавание.

**8. Назовите основные особенности плавания.**

- а). горизонтальное положение тела, нахождение тела в воде;
- б). нахождение тела в воде, выдохи в воду;
- в). выдохи в воду, нахождение тела в воде, гребки руками и ногами;
- г). нахождение тела в воде, гребки руками.

**9. При нахождении тела в воде возникает:**

- а). эффект гидродинамики;
- б). эффект гидростатики;
- в). эффект гидроневесомости;
- г). кумулятивный эффект.

**10. При плавании основная нагрузка выделительной системы ложится на почки:**

- а). потому что из-за нахождения тела в воде угнетается функция потовых желез;
- б). потому что тело находится в горизонтальном положении;
- в). потому что создается эффект гидроневесомости;
- г). потому что задерживается дыхание.

**11. Знания возрастных особенностей школьников позволяют:**

- а) способствовать оптимизации условий роста и физического развития детского организма;
- б) осуществлять контроль за методами организации учащихся;
- в) грамотно применять методы хронометрирования.

**12. Для детей дошкольного и младшего школьного возраста на уроке гимнастики характерны:**

- а) силовые и беговые;
- б) игровые, образные и ОРУ;
- в) упражнения на выносливость и быстроту реакции.

**13. Лучшие условия для развития быстроты реакции в уроке с младшими школьниками создаются во время:**

- а) скоростно-силовых упражнений;
- б) подвижных игр;

в) прыжков вверх.

**14. Соревнования по форме зачета классифицируются на:**

- а) классификационные, закрытые, по упрощенным правилам судейства;
- б) массовые, первенства, кубки, отборочные;
- в) командные, личные, лично-командные.

**15. В младшем школьном возрасте следует развивать:**

- а) гибкость и силу;
- б) координацию движений и быстроту;
- в) младший школьный возраст благоприятен для развития всех двигательных способностей.

**16. Структура урока состоит из следующих частей:**

- а) 4 (вводная, подготовительная, основная, заключительная);
- б) 5 (вводная, подготовительная, часть освоения нового материала, повторения и заключительная часть);
- в) 3 (подготовительная, основная и заключительная)

**17. Продолжительность частей урока зависит:**

- а) от контингента занимающихся;
- б) от поставленных задач;
- в) от моторной плотности занятий.

**18. Физическая нагрузка на уроке оценивается по:**

- а) по пульсу и внешним признакам;
- б) по эмоциональному состоянию;
- в) по чрезмерной активности и нежеланию заниматься.

**19. Определить средства, которые могут входить в заключительную часть урока для младших школьников:**

- а) спокойные игры, бег на время, самомассаж;
- б) растягивание, обучение перекату, упражнения на осанку;
- в) ходьба с песней, упражнения на дыхание, расслабление.

**20. Под техникой двигательного действия понимается:**

- а). Методы целенаправленного и успешного разучивания двигательного действия.
- б). Управление обучением двигательному действию, согласно его описанию.
- в). Целесообразный способ или совокупность способов управления движениями, обеспечивающий успешное выполнения упражнения.

### Вопросы к зачету с оценкой

1. Игры и развлечения на воде: классификация и характеристика; выбор игр в зависимости от этапа обучения, методические требования; место игр в учебном и учебно- тренировочном процессе.
2. Классификация, характеристика и особенности эксплуатации спортивных сооружений для обучения, тренировки и других мероприятий на воде; инвентарь и оборудование.
3. Методическая последовательность изучения элементов техники способов плавания и ее разновидности.
4. Организация проведения соревнований по плаванию; обязанности судей и их взаимодействие; подготовка и проведение открытия и закрытия.
5. Особенности организации и методика обучения плаванию лиц различного возраста, пола, уровня подготовленности и других факторов.
6. Формы организации занятий по гимнастике.
7. Методика проведения занятий по гимнастике.
8. Характерные особенности общеразвивающих упражнений, классификация, задачи, методика применения и проведения общеразвивающих упражнений.
9. Применение средств лёгкой атлетики в занятиях по другим видам спорта.
10. Двигательные способности, определяющие эффективность выполнения легкоатлетических упражнений.
11. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам.
12. Техника бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)
13. Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции
14. Техника бега на короткие дистанции (100,200, 400 м): разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование, бег по виражу (повороту).
15. Техника эстафетного бега (4x100); способы передачи эстафеты
16. Возникновение и развитие спортивных игр.
17. Характеристика спортивных игр и их специфические признаки.
18. Классификация техники игры.
19. Примерные комплексы утренней гимнастики, физкультминуток, подвижных перемен, спортивного часа.
20. Теоретические основы организации и проведению физкультурно- оздоровительных мероприятий.
21. Цель и задачи физического воспитания. Охарактеризовать: оздоровительные задачи.
22. Цель и задачи физического воспитания.
23. Методы физического воспитания. Характеристика групп методов.
24. Средства физического воспитания. Краткая характеристика.
25. Понятие о физических качествах. Характеристика силы, быстроты, выносливости, гибкости.
26. Классификация физических упражнений.
27. Физкультурное занятие: содержание и структура.
28. Средства физического воспитания детей дошкольного возраста.
29. Методы обучения движениям детей дошкольного возраста.
30. Способы организации детей во время обучения движениям.
31. Формы работы по физическому воспитанию в детских дошкольных учреждениях.
32. Планирование в физическом воспитании. Основные документы планирования.
33. Физическое воспитание детей школьного возраста. Задачи. Разделы школьной
34. программы.
35. Формы организации физического воспитания в школе.
36. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений.
37. Урок как основная форма организации занятий по физической культуре в школе.

38. Физкультурно-оздоровительная работа в школе.
39. Школьные спортивно-массовые мероприятия.
40. Документы планирования по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.
41. Спортивные сооружения. Категорийность и классификация спортивных сооружений.
42. Планирование спортивно-массовых мероприятий. Обозначить пункты положения о спортивно-массовом мероприятии.
43. Состав судейской коллегии, права и обязанности.
44. Врачебно-педагогический контроль.
45. Медико-санитарное обеспечение и врачебный контроль физкультурно-спортивных занятий и мероприятий.
46. Охарактеризовать основные и вспомогательные физкультурно-спортивные сооружения.
47. Спортивная организация. Виды спортивных организаций. Первичные спортивные организации. Спортивные объединения.
48. Физическое развитие.
49. Физическое совершенство.
50. Физическое воспитание.

### 3.5.Ключи к тестам

<b>ОПЦ.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности</b>				
<i>№ Вопроса - Ответ</i>	<i>№ Вопроса - Ответ</i>	<i>№ Вопроса - Ответ</i>	<i>№ Вопроса - Ответ</i>	<i>№ Вопроса - Ответ</i>
<b>Вариант 1.</b>				
<i>1 – б</i>	<i>5 - а</i>	<i>9 - в</i>	<i>13 – а</i>	<i>17 - а</i>
<i>2 – б</i>	<i>6 - а</i>	<i>10 – а</i>	<i>14 - а</i>	<i>18 – а</i>
<i>3 – в</i>	<i>7 – б</i>	<i>11- а</i>	<i>15 - б</i>	<i>19 - в</i>
<i>4 - в</i>	<i>8 - б</i>	<i>12 - а</i>	<i>16 - б</i>	<i>20 - а</i>
<b>Вариант 2</b>				
<i>1 – а</i>	<i>5 – г</i>	<i>9 - в</i>	<i>13 – б</i>	<i>17 – б</i>
<i>2 – в</i>	<i>6 – в</i>	<i>10 – а</i>	<i>14 – в</i>	<i>18 – а</i>
<i>3 – б</i>	<i>7 – б</i>	<i>11- а</i>	<i>15 – в</i>	<i>19 – в</i>
<i>4 - а</i>	<i>8 - а</i>	<i>12 - б</i>	<i>16 - в</i>	<i>20 - в</i>

### 3.6. Критерии оценивания

#### Критерии оценки экзамена/зачета с оценкой

Оценка «5» - «отлично» выставляется обучающемуся, если демонстрируются всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного программного материала, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, глубоко усвоивший основную и дополнительную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на практических, семинарских, лабораторных занятиях, разбирающийся в основных научных концепциях по изучаемой дисциплине, проявивший творческие способности и научный подход в понимании и изложении учебного программного материала, ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично.

Оценка «4» - «хорошо» выставляется обучающемуся, если демонстрируются достаточно полное знание учебно-программного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на практических, семинарских, лабораторных занятиях, показавший систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы, а

также способность к их самостоятельному пополнению.

Оценка «3» - «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если демонстрируются знания основного учебно-программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, не отличавшийся активностью на практических (семинарских) и лабораторных занятиях, самостоятельно выполнивший основные предусмотренные программой задания, однако допустивший погрешности при их выполнении и в ответе на экзамене, но обладающий необходимыми знаниями для устранения под руководством преподавателя наиболее существенных погрешностей.

Оценка «2» - «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если обнаруживаются пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебно- программногo материала, не выполнившего самостоятельно предусмотренные программой основные задания, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не отработавшему основные практические, семинарские, лабораторные занятия, допускающему существенные ошибки при ответе, и который не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

#### **Критерии оценки для тестирования:**

- «5» - 85-100% верных ответов
- «4» - 69-84% верных ответов
- «3» - 51-68% верных ответов
- «2» - 50% и менее

#### 4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

##### ОПЦ.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности

1. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутьин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — (дата обращения: 16.06.2023). — Текст : электронный.

2. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный Легкая атлетика с методикой тренировки : учебно-методическое пособие для СПО / составители С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова. — Саратов : Профобразование, 2019. — 80 с. — ISBN 978-5-4488-0316-1. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/86139> (дата обращения: 16.06.2023). — Текст : электронный

3. Томилин, К. Г. Игровые виды рекреации (на воде и у воды) : учебное пособие для СПО / К. Г. Томилин, И. Н. Овсянникова. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 170 с. Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/83824> (дата обращения: 16.06.2023). — Текст : электронный/

4. Литвинов А.А., Козлов А.В. Ивченко Е.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. А.А. Литвинова. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 272с.

##### Основные электронные издания

1. Сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры [Электронный ресурс Режим доступа [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&lib\\_no=32922&tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib)

2. Газета «Здоровье детей» [Электронный ресурс] – Режим доступа <http://zdd.1september.ru/>

3. Газета «Спорт в школе» [Электронный ресурс] – Режим доступа 4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.

4. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры [Электронный ресурс] – Режим доступа <http://www.infosport.ru/press/fkvot/>

5. Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры [Электронный ресурс] – Режим доступа <http://tpfk.infosport.ru>