

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**СТАРОБЕЛЬСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ (ФИЛИАЛ)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего
образования «Луганский государственный педагогический университет»
(Старобельский факультет (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Кафедра физической культуры и охраны жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Старобельского факультета (филиала)
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»



Маршуба И.В.
«15» сентября 2023 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по
дисциплине

Методика обучения физической культуре в общеобразовательных организациях

По направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Физкультурное образование

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, заочная

Курс: ОФО 3 курс (5 семестр), ЗФО 3 курс (7 семестр)

Разработчик:
ассистент кафедры
физической культуры и охраны жизнедеятельности
Хайнус С.А.
«1» сентября 2023 г.

Старобельск, 2023

1 ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1 Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) - неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины (модуля) «Методика обучения физической культуре в общеобразовательных учреждениях» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины (модуля).

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС - установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Физкультурное образование, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от № 940 от 19.09.2017г.

Цели изучения дисциплины - овладение научным пониманием дисциплины «Методика обучения физической культуре в общеобразовательных учреждениях» является формирование у студентов знаний, отражающих закономерности формы и способы организации физического воспитания на уроках физической культуры, основных сторон и принципов обучения двигательным действиям и воспитания двигательных качеств.

Задачи:

- освоение и формирование системы методических знаний и умений, обуславливающих психологию учебно-воспитательного процесса по физической культуре;
- формирование системных знаний о сущности, специфике, содержании и методах обучения по предмету «Физическая культура»;
- осознание значимости обучения двигательным навыкам и умениям, а также развития физических, морально-нравственных и волевых качеств личности учащихся на уроках физической культуры;
- преобразование педагогических знаний, навыков и умений в компоненты технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре;
- формирование готовности слушателей к педагогической практике в учреждениях общего образования.

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения:

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	1.1_Б.ОПК-9	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре.
	2.1_Б.ОПК-9	Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в индивидуальном виде спорта.
	3.1_Б.ОПК-9	Владеет: - навыком проведения антропометрических измерений; - навыками контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся индивидуальным видом спорта.

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства
Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура»	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Физическая культура как учебный предмет в содержании общего и профессионального образования	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Педагогическая система предмета «Физическая культура»	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура»	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Основы здорового образа жизни студента. Физическое воспитание в обеспечении здоровья	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Социально-биологические основы физической культуры и спорта	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях	ОПК-9	Устный опрос. Выполнение практических заданий и их защита.
Промежуточная аттестация		Зачет (устный)

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
1.1_Б.ОПК-9	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной

	подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре.
2.1_Б.ОПК-9	Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в индивидуальном виде спорта.
3.1_Б.ОПК-9	Владеет: - навыком проведения антропометрических измерений; - навыками контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся индивидуальным видом спорта.

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного зачета. Студенты, выполнившие 75% текущих и контрольных мероприятий на «отлично», а остальные 25 % на «хорошо», имеют право на получение итоговой отличной оценки.

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические занятия (10 бал. * 6 занятий)	60
Самостоятельная работа	20
Зачёт	20
Всего:	100

Система оценивания учебных достижений студентов заочной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические занятия (20 бал. * 3 занятия)	60
Самостоятельная работа	20

Зачёт	20
Всего:	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90-100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83-89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75-82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63-74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50-62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие	

		предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21-49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение	Не зачтено
Неудовлетворительно	0-20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1 Оценочные средства текущего контроля (типовые).

1. В чем суть общей характеристики теории и методики обучения предмету «Физическая культура»?
2. Какие цели и задачи предмета «Физическая культура»?
3. Какое место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов?
4. Какие основные понятия предмета «Физическая культура»?
5. В чем суть физической культуры как учебного предмета в содержании общего и профессионального образования;
6. Какие существуют особенности становления теории и методики преподавания предмета «Физическая культура»?
7. Какие существуют современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура»?
8. Какое место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования?
9. Какие существуют основные концепции учебного предмета «Физическая культура»?
10. В чем суть педагогической системы предмета «Физическая культура»?

11. Что такое системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура»?

12. Какие существуют основные элементы педагогической системы предмета «Физическая культура»;

13. Какие функции педагогической системы предмета «Физическая культура»?

14. В чем состоит суть технологии и методики реализации педагогической системы предмета «Физическая культура»;

15. Что входит в методику проведения урока физической культуры в школе?

16. Из чего состоит технология преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе?

Тестовые задания:

1. Что является основной целью физического воспитания в школе?

- а) Повышение физической силы учащихся
- б) Формирование здорового образа жизни
- с) Развитие спортивных навыков

2. Какое из следующих понятий означает процесс формирования умений и навыков учащихся в области физической культуры?

- а) Спортивная подготовка
- б) Физическое воспитание
- с) Рекреация

3. В каком возрасте начинается обязательное обучение физической культуре в общеобразовательных учреждениях?

- а) С 5 лет
- б) С 6 лет
- с) С 8 лет

4. Какие два аспекта являются основными в методике физического воспитания?

- а) Теоретическое обучение и практика
- б) Образовательный и оздоровительный
- с) Практика и спортивные соревнования

5. Какой вид деятельности является обязательной частью уроков физической культуры?

- а) Спортивные игры
- б) Физические упражнения
- с) Теоретические занятия

6. Какой принцип методики физического воспитания указывает на необходимость постепенного увеличения нагрузки?

- а) Принцип обратной связи
- б) Принцип прогрессивной перегрузки
- с) Принцип многократности

7. Какой метод обучения физической культуре предполагает активное участие ученика в процессе обучения через выполнение упражнений?

- а) Практический метод

- b) Теоретический метод
- c) Экспериментальный метод

8. Что из перечисленного является основой методической работы по физическому воспитанию?

- a) Организация спортивных мероприятий
- b) Планирование уроков и воспитательных мероприятий
- c) Проведение соревнований

9. Какой элемент урока физической культуры помогает подготовить организм к основной части тренировки?

- a) Разминка
- b) Окончание урока
- c) Растяжка

10. Какой элемент методики физического воспитания связан с подбором индивидуальных упражнений для развития физических качеств?

- a) Спортивная тренировка
- b) Индивидуализация обучения
- c) Соревнования

11. Что из перечисленного не является целью физической культуры в школе?

- a) Развитие физических качеств учащихся
- b) Повышение академической успеваемости
- c) Формирование навыков здорового образа жизни

12. Какой принцип методики физического воспитания заключается в индивидуализации упражнений в зависимости от состояния здоровья ученика?

- a) Принцип активной мотивации
- b) Принцип индивидуализации
- c) Принцип интеграции

13. Какой метод обучения физической культуре позволяет учащимся самостоятельно изучать и осваивать физическую активность?

- a) Исследовательский метод
- b) Практический метод
- c) Экспериментальный метод

14. В какой форме учащиеся обучаются теории физической культуры в рамках школьной программы?

- a) На практических занятиях
- b) На уроках физической культуры
- c) В кружках по спорту

15. Какой метод обучения физической культуре направлен на развитие моторики и координации движений?

- a) Теоретический метод
- b) Игровой метод
- c) Метод соревнований

16. Что из перечисленного является основой для успешного освоения физической культуры в школьном возрасте?

- a) Применение спортивного инвентаря

- b) Систематическая физическая нагрузка
- c) Проведение соревнований

17. Какой метод обучения физической культуре ориентирован на создание условий для самостоятельной работы учащихся?

- a) Метод самостоятельной работы
- b) Метод соревнований
- c) Метод показывания

18. В каком возрасте следует начинать активное обучение двигательным навыкам у детей?

- a) С 3 лет
- b) С 6-7 лет
- c) С 10 лет

19. Какой элемент урока физической культуры отвечает за постепенное снижение интенсивности нагрузки и восстановление организма?

- a) Заключительная часть урока
- b) Разминка
- c) Основная часть урока

20. Какой метод обучения физической культуре включает в себя организацию соревнований и игр среди учащихся?

- a) Теоретический метод
- b) Игровой метод
- c) Метод практических занятий

21. Какая задача не является целью физической культуры в школе?

- a) Развитие физических способностей учащихся
- b) Формирование правильной осанки
- c) Повышение уровня академических знаний по предметам

22. Какой метод обучения физической культуре может быть использован для разработки физических упражнений в зависимости от состояния здоровья ученика?

- a) Принцип вариативности
- b) Принцип индивидуализации
- c) Принцип системности

23. Какой элемент урока физической культуры является основой для развития выносливости?

- a) Растяжка
- b) Основная часть урока
- c) Разминка

24. Какой из следующих видов упражнений рекомендуется для развития гибкости?

- a) Растяжка
- b) Беговые упражнения
- c) Силовые тренировки

25. Какой принцип является основой методики физического воспитания в школьной системе?

- a) Принцип доступности и посильности

б) Принцип быстрого результата

с) Принцип соревновательности

26. Какой из следующих методов обучения используется для развития умения ученика выполнять физическое упражнение?

а) Метод показа

б) Метод соревнований

с) Метод самостоятельной работы

27. Какой вид физической активности используется в качестве основной формы учебной нагрузки в школе?

а) Физические упражнения

б) Игры на свежем воздухе

с) Спортивные игры

28. Какой элемент урока физической культуры помогает ученикам восстановить силы после нагрузки?

а) Разминка

б) Заключительная часть урока

с) Основная часть

29. Какой из методов обучения физической культуре используется для организации досуга и свободного времени учащихся?

а) Игровой метод

б) Метод показа

с) Метод анализа

30. Какой подход в обучении физической культуре требует индивидуального подхода к каждому ученику в зависимости от его физических возможностей?

а) Метод соревнований

б) Метод индивидуализации

с) Метод коллективной работы

31. Какой принцип обучения физической культуре заключается в систематическом повторении упражнений?

а) Принцип прогрессивной перегрузки

б) Принцип многократности

с) Принцип доступности

32. Какой из следующих факторов является важнейшим для успешного обучения физической культуре в школьном возрасте?

а) Использование современного оборудования

б) Интерес учащихся к предмету

с) Регулярные соревнования

33. Какой метод в обучении физической культуре включает в себя наблюдение и исправление ошибок в технике выполнения упражнений?

а) Метод показа и коррекции

б) Метод соревнований

с) Метод самостоятельной работы

34. Какой вид физической активности помогает учащимся развить общую выносливость?

- a) Бег
- b) Силовые тренировки
- c) Прыжки с парашютом

35. Какой элемент урока физической культуры помогает ученикам адаптироваться к физическим нагрузкам?

- a) Разминка
- b) Основная часть урока
- c) Заключительная часть урока

36. Какой метод обучения используется для создания условий, в которых учащиеся осваивают навыки в группе или команде?

- a) Метод коллективной работы
- b) Метод показа
- c) Метод демонстрации

37. Какой из методов обучения позволяет ученикам самостоятельно изучать физическую активность в условиях реальной жизни?

- a) Метод демонстрации
- b) Метод самостоятельной работы
- c) Метод соревнований

38. Какой из следующих факторов не является компонентом методики физической культуры в школах?

- a) Оздоровительная нагрузка
- b) Спортивная подготовка
- c) Метод психологической подготовки

39. Какой метод обучения физической культуре включает использование технических средств, таких как видеоматериалы и тренажеры?

- a) Метод мультимедийных технологий
- b) Метод коллективной работы
- c) Метод демонстрации

40. Какой подход в обучении физической культуре способствует формированию положительного отношения к здоровому образу жизни у школьников?

- a) Интерактивный метод
- b) Метод активного отдыха
- c) Метод показа

41. Какой метод обучения физической культуре включает в себя создание условий для практического применения знаний и навыков учащимися?

- a) Метод практических занятий
- b) Метод демонстрации
- c) Метод анализа

42. Какой принцип методики физического воспитания предполагает увеличение интенсивности тренировок по мере прогресса учащихся?

- a) Принцип равномерной нагрузки
- b) Принцип прогрессивной перегрузки
- c) Принцип доступности

43. Какой из этих видов физической активности способствует развитию выносливости?

- a) Плавание
- b) Силовые тренировки
- c) Игры с мячом

44. Какой элемент урока физической культуры включает в себя комплекс упражнений для разминки и подготовки организма к основной нагрузке?

- a) Основная часть урока
- b) Разминка
- c) Заключительная часть урока

45. Какой из методов в физическом воспитании используется для формирования командного духа у учащихся?

- a) Игровой метод
- b) Метод показа
- c) Метод анализа

46. Какой фактор наиболее важен для поддержания интереса учащихся к занятиям физической культурой?

- a) Доступность и разнообразие упражнений
- b) Применение теоретических знаний
- c) Применение только спортивных игр

47. Какой метод обучения физической культуре наиболее эффективен для формирования правильной техники выполнения физических упражнений?

- a) Метод соревнований
- b) Метод показа и объяснения
- c) Метод самостоятельной работы

48. Какой элемент урока физической культуры предназначен для тренировки силы, выносливости и других физических качеств?

- a) Основная часть урока
- b) Разминка
- c) Заключительная часть урока

49. Какой из видов физической активности используется для формирования общей физической подготовки учащихся?

- a) Бег
- b) Силовые тренировки
- c) Спортивные игры

50. Какой принцип обучения физической культуре связан с достижением оптимального уровня нагрузки для конкретного учащегося?

- a) Принцип индивидуализации
- b) Принцип вариативности
- c) Принцип многократности

51. Что из перечисленного является основным видом работы в физическом воспитании учащихся?

- a) Физическая подготовка
- b) Организация спортивных мероприятий

с) Теоретическое обучение

52. Какой метод помогает формировать у учащихся навыки активного отдыха?

а) Метод соревнований

б) Игровой метод

с) Метод анализа

53. Что из следующего является важным аспектом методики физического воспитания в школе?

а) Спортивные соревнования

б) Развитие физических качеств учащихся

с) Подготовка к профессиональному спорту

54. Какой элемент урока физической культуры включает выполнение упражнений на растяжку?

а) Разминка

б) Заключительная часть урока

с) Основная часть

55. Какой метод наиболее эффективно используется для формирования у учащихся активного участия в физической культуре?

а) Метод игры

б) Метод показа

с) Метод соревнований

56. Какой принцип обучения физической культуре ориентирован на развитие физических качеств, таких как сила и выносливость?

а) Принцип вариативности

б) Принцип прогрессивной перегрузки

с) Принцип равномерной нагрузки

57. Какой вид деятельности помогает учащимся развить командный дух в физическом воспитании?

а) Игры с мячом

б) Индивидуальная тренировка

с) Теоретические занятия

58. Какой элемент урока помогает подготовить учащихся к выполнению физических упражнений?

а) Разминка

б) Основная часть урока

с) Заключительная часть урока

59. Какой метод обучения используется для создания условий для формирования навыков самостоятельного выполнения физических упражнений?

а) Метод самостоятельной работы

б) Метод показа

с) Метод коллективной работы

60. Какой из следующих методов является основой для успешного освоения физических упражнений учащимися?

а) Метод тестирования

- b) Метод показа и повторения
- c) Метод соревнований

61. Какой из этих принципов физического воспитания заключается в соблюдении необходимого времени для восстановления после нагрузки?

- a) Принцип вариативности
- b) Принцип восстановления
- c) Принцип прогрессивной перегрузки

62. Какой элемент урока физической культуры помогает ученикам постепенно снижать интенсивность нагрузок?

- a) Заключительная часть урока
- b) Разминка
- c) Основная часть урока

63. Какой метод обучения физической культуре позволяет организовать урок с учетом различных уровней физической подготовки учащихся?

- a) Метод дифференцированного подхода
- b) Метод показа
- c) Метод самостоятельной работы

64. Какой принцип обучения физической культуре связан с систематическим повторением и закреплением навыков?

- a) Принцип многократности
- b) Принцип прогрессивной перегрузки
- c) Принцип восстановления

65. Какой метод обучения физической культуре применяется для оценки физической подготовки учащихся?

- a) Метод тестирования
- b) Метод игрового соревнования
- c) Метод коллективной работы

66. Какой элемент урока физической культуры является основным для тренировки координации движений?

- a) Основная часть урока
- b) Заключительная часть урока
- c) Разминка

67. Какой из этих методов обучения физической культуре связан с активным включением учащихся в процесс?

- a) Метод показа
- b) Метод игры
- c) Метод анализа

68. Какой подход в физическом воспитании позволяет наиболее эффективно развивать физическую подготовленность учащихся?

- a) Принцип прогрессивной перегрузки
- b) Принцип вариативности
- c) Принцип индивидуализации

69. Какой из следующих методов обучения физической культуре основан на использовании спортивных упражнений для оздоровления?

- a) Метод оздоровительной физической культуры

б) Метод тренировочной нагрузки

с) Метод тестирования

70. Какой элемент физической культуры помогает детям развивать эмоциональную и социальную зрелость?

а) Соревнования

б) Игровая деятельность

с) Теоретические занятия

Темы для подготовки реферативной работы:

1. Физическая культура как учебная дисциплина в ВУЗе, её цели и задачи.

2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

3. Гигиенические основы физического воспитания.

4. Гиподинамия или малоподвижный образ жизни, его влияние на организм человека.

5. Двигательная активность как важнейший фактор укрепления здоровья.

6. Физические упражнения - основное средство физической культуры. Классификация физических упражнений.

7. Социально - биологические основы физической культуры.

8. Оздоровительная физическая культура как фактор укрепления и сохранения здоровья.

9. Закаливание организма - как одна из форм оздоровления. Природные факторы сохранения и укрепления здоровья.

10. Основы занятий оздоровительной ходьбой. 11. Основы занятий оздоровительным бегом.

12. Плавание как средство укрепления здоровья.

13. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.

14. Контроль и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий ФК.

15. Методы исследования физического развития.

16. Методы исследования физической подготовленности.

17. Методы исследования функционального состояния организма.

18. Использование хронометра, тонометра, весов, ростомера для контроля и самоконтроля.

19. Утренняя гигиеническая гимнастика как одна из форм самостоятельных занятий физической культурой.

20. Сущность и содержание понятий «здоровье», «здоровый образ жизни».

21. Рациональное питание, режим труда и отдыха, гигиена тела как условие здорового образа жизни.

22. Витамины, жиры, белки и углеводы. Их роль в обеспечении нормальной жизнедеятельности организма.

23. Вспомогательные средства и методы восстановления и повышения работоспособности.

24. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.

25. Физиологическая характеристика утомления и восстановления.

26. Влияние физических нагрузок на организм человека.

27. Адаптация организма к физическим нагрузкам, компенсаторные и приспособительные реакции организма.

28. Дозирование физических нагрузок с учетом функционального состояния.

29. Содержание, формы и основы методики самостоятельных занятий (утренняя гигиеническая гимнастика, индивидуальные домашние задания, упражнения в режиме учебного дня).

30. Представление о двигательном режиме студенческой молодежи.

31. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.

32. Цели, задачи и средства спортивной подготовки.

33. Роль физических упражнений в формировании ЗОЖ студенческой молодежи.

2.2. Оценочные средства для итоговой аттестации (зачёт)

Вопросы для подготовки к зачёту:

1. В чем суть общей характеристики теории и методики обучения предмету «Физическая культура»?

2. Какие цели и задачи предмета «Физическая культура»?

3. Какое место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов?

4. Какие основные понятия предмета «Физическая культура»?

5. В чем суть физической культуры как учебного предмета в содержании общего и профессионального образования.

6. Какие существуют особенности становления теории и методики преподавания предмета «Физическая культура»?

7. Какие существуют современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура»?

8. Какое место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования?

9. Какие существуют основные концепции учебного предмета «Физическая культура»?

10. В чем суть педагогической системы предмета «Физическая культура»?

11. Что такое системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура»?

12. Какие существуют основные элементы педагогической системы предмета «Физическая культура».

13. Какие функции педагогической системы предмета «Физическая культура»?

14. В чем состоит суть технологии и методики реализации педагогической системы предмета «Физическая культура».

15. Что входит в методику проведения урока физической культуры в школе?
16. Из чего состоит технология преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе?
17. В чем суть общей характеристики теории и методики обучения предмету «Физическая культура»?
18. Какие цели и задачи предмета «Физическая культура»?
19. Какое место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов?
20. Какие основные понятия предмета «Физическая культура»?
21. В чем суть физической культуры как учебного предмета в содержании общего и профессионального образования.
22. Какие существуют особенности становления теории и методики преподавания предмета «Физическая культура»?
23. Какие существуют современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура»?
24. Какое место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования?
25. Какие существуют основные концепции учебного предмета «Физическая культура»?
26. В чем суть педагогической системы предмета «Физическая культура»?
27. Что такое системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура»?
28. Какие существуют основные элементы педагогической системы предмета «Физическая культура».
29. Какие функции педагогической системы предмета «Физическая культура»?
30. В чем состоит суть технологии и методики реализации педагогической системы предмета «Физическая культура».
31. Что входит в методику проведения урока физической культуры в школе?
32. Из чего состоит технология преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе?
33. Цели и задачи предмета «Физическая культура».
34. Место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов.
35. Основные понятия предмета «Физическая культура».
36. Педагогическая система предмета «Физическая культура».
37. Системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура».
38. Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура».
39. Методика проведения урока физической культуры в школе.
40. Охарактеризовать методические особенности проведения уроков

физической культуры образовательно-обучающей направленности.

41. Дать характеристику методических особенностей организации досугов и развлечений физкультурно-спортивного содержания.

42. Определите содержание, организацию и формы внеклассной работы по физической культуре.

43. Охарактеризуйте методические особенности организации внеклассной спортивно-массовой работы по физической культуре в школе в режиме учебного и внеурочного дня.

44. Уточните цель, задачи, средства и формы организации внеклассной физкультурно-спортивной работы.

45. Дайте характеристику технологии планирования физического воспитания в школе.

46. Уточните значение и задачи планирования работы по физической культуре.

47. Дайте характеристику планированию физкультурно-спортивной работы как составной части общего плана мероприятий общеобразовательной организации на учебный год.

48. Уточните закономерности формирования двигательных навыков.

49. Определите методические основы проведения урока физической культуры.

50. Дайте методические рекомендации по организации образовательного процесса по предмету «Физическая культура».

51. Уточните технику физического упражнения как способ решения двигательной задачи.

52. Охарактеризуйте способы обучения и принципы, положенные в основу методики занятий физическими упражнениями.

53. Охарактеризуйте обучение как составная часть любого педагогического процесса, в том числе и в сфере физической культуры.

54. Уточните ответственность педагогических работников за обеспечение безопасности обучающихся во время образовательной деятельности.

55. Дайте характеристику методам обучения физическим упражнениям.

56. Особенности поддержания урока физической культуры в общеобразовательной школе.

57. Уточните содержание теоретической подготовки по профессионально-прикладной физической подготовке.

58. Охарактеризуйте нормативно-правовые акты, определяющие меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся.

59. Дайте характеристику дисциплинарному расследованию нарушений педагогического работника при угрозе жизни и здоровья обучающихся во время проводимых им мероприятий.

60. Дайте характеристику методам обучения физическим упражнениям.

61. Уточните способы обучения и принципы, положенные в основу методики организации занятий физическими упражнениями.

62. Основные положения трудового законодательства ЛНР.
63. Охарактеризуйте основные понятия, используемые в Законе ЛНР «О физической культуре и спорте».
64. Уточните права и обязанности местных спортивных федераций.
65. Перечислите важнейшие законодательные акты, нормативные, правовые, инструктивно-методические документы Министерства образования и науки ЛНР.
66. Уточните основные нормативно-правовые документы Министерства культуры, спорта и молодежи ЛНР.
67. Каким образом Закон «О физической культуре и спорте» ЛНР устанавливает правовые взаимоотношения участников физкультурно-спортивного процесса и обеспечивает реализацию прав и свобод граждан на занятия физической культурой и спортом.
68. Обучение навыкам здорового образа жизни, профилактики и запрещения курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, предупреждения заболеваний, вызываемых ВИЧ-инфекцией и правонарушений.
69. Ответственность педагогических работников за обеспечение безопасности обучающихся во время проведения физкультурно-оздоровительных занятий.
70. Методы обучения обучающихся вопросам безопасного поведения на занятиях физической культурой и спортом.
71. Психолого-педагогические условия здоровьесбережения подростков средствами физической культуры и спорта.
72. Анатомо-физиологические особенности и характеристики возрастного развития учащихся 10-11-х классов.
73. Анатомо-физиологические особенности и характеристики возрастного развития учащихся 5-9 классов.
74. Анатомо-физиологические особенности и характеристики возрастного развития учащихся начальной школы;
75. Задачи, средства и методы организации занятий физическими упражнениями с детьми школьного возраста.