

**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.
_____ 2023 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

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

Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста

По направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Физкультурное образование

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, заочная

Курс: ОФО 2 курс (4 семестр), ЗФО 2 курс (5 семестр)

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

Старобельск, 2023

1 ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины История физической культуры и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины.

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. ФГОС № 940 от 19.09.2017 г.

1.3 Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений
Общепрофессиональные	
ПК-4	<i>ПК-4.1</i> Знает требования к разработке развивающей образовательной среды, положительно влияющей на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучения младших школьников на основе содержания начального образования; <i>ПК-4.2.</i> Умеет проектировать уроки на основе интегративного подхода для достижения метапредметных и предметных результатов. <i>ПК-4.3.</i> Владеет современными образовательными технологиями по реализации содержания начального образования согласно ФГОС НОО; умениями разрабатывать критерии оценивания для достижения предметных, метапредметных и личностных результатов, функциональной грамотности; проводить мониторинг качества образовательной деятельности в начальной школе.

Процесс освоения дисциплины направлен на овладение следующих компетенций: способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых предметов (ПК-4).

1.4 Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
<p>Тема 1. Теоретические основы физического воспитания и развития ребенка. Предмет теории физического воспитания детей дошкольного возраста. Теория физического воспитания детей дошкольного возраста – наука об общих закономерностях физического воспитания ребенка. Методологическая и естественнонаучная основы методики физического воспитания как научной и учебной дисциплины. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста. Методы исследования в методике физического воспитания ребенка. Задачи физического воспитания и развития ребенка.</p>	ПК-4	Тест / контрольная работа / реферат / доклад / презентация / опрос / конспект и др.
<p>Тема 2. Задачи и средства физического воспитания детей дошкольного возраста. Общая характеристика средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Комплексное использование средств физического воспитания как необходимое условие успешного решения задач. Использование естественных сил природы (солнечной радиации, воздуха и воды) в целях физического воспитания. Значение и место гигиенических факторов: режима активной деятельности и отдыха, соблюдение санитарно-гигиенических требований к оборудованию, одежды и обуви, месту проведения физических упражнений в системе средств физического воспитания. Физические упражнения – основное, наиболее характерное и специфическое средство физического воспитания. Содержание и форма (структура) физических упражнений.</p>		
<p>Тема 3. Основы обучения и развития в процессе физического воспитания. Единство обучения, воспитания и развития. Понятие о двигательных навыках и умениях, их физиологическая и психологическая сущность. Закономерности формирования двигательных навыков. Особенности формирования двигательных навыков у детей дошкольного возраста. Взаимосвязь формирования двигательных навыков и воспитания психофизических качеств у детей разных возрастных групп. Методика воспитания психофизических качеств (быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости) у детей дошкольного возраста.</p>		
<p>Тема 4. Основные движения детей дошкольного возраста. Становление теории и методики подвижных игр. Характеристика подвижной игры как средства и метода физического воспитания и общего развития ребенка. Классификация подвижных игр. Методика проведения</p>		

подвижных игр. Подготовка к проведению игры. Организация играющих. Руководство процессом игры. Подведение итогов игры. Требования «Программы воспитания в детском саду» к проведению подвижных игр.		
Тема 5. Строевые упражнения и общеразвивающие упражнения. Комплексный подход в осуществлении образовательных, оздоровительных и воспитательных задач. Основные понятия теории физического воспитания и их значение. Связь теории физического воспитания с другими науками: общественными, естественными и педагогическими. Актуальные проблемы теории и практики физического воспитания и развития детей дошкольного возраста.		
Тема 6. Формы организации физического воспитания. Исторический и классовый характер систем физического воспитания. Основные черты отечественной системы физического воспитания. Принципы отечественной системы физического воспитания в России.		
Тема 7. Организация работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях. Характеристика методов обучения: наглядные, словесные и практические. Значимость комплексного использования методов и приемов обучения. Этапы обучения. Соотношение методов и приемов в работе с различными возрастными группами.		
Тема 8. Диагностика физического состояния дошкольников. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня. Утренняя гигиеническая гимнастика в режиме детского сада, связь ее с закаливающими и гигиеническими процедурами. Схема построения комплекса утренней гимнастики. Методика проведения утренней гимнастики в разных возрастных группах. Физкультминутки. Требования к оборудованию участка и помещений детского учреждения. Тренажеры и тренировочные устройства в системе занятий физической культурой. Тренажерное оборудование для открытых площадок, в спортивном зале. Применение физкультурного оборудования и пособий.		
Текущая аттестация	ПК-4	Контрольная работа / тест
Итоговый контроль	ПК-4	Зачет

1.5 Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
ПК-4: способность использовать возможности	<i>знает:</i> роль физической культуры и спорта в развитии детей дошкольного возраста (методы и средства

образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых предметов	<p>физической культуры, основы формирования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики проведения учебных занятий дошкольников с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья;</p> <p>методы сохранения и укрепления здоровья ребенка;</p> <p><i>умеет:</i> планировать и организовывать учебные занятия с детьми дошкольного возраста, применять различные системы упражнений с целью развития физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья средствами и методами физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни;</p> <p><i>владеет:</i> принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой с детьми дошкольного возраста, в том числе оздоровительной физической культурой;</p> <p>способами и средствами организации здорового образа жизни, навыками организации самостоятельных занятий физической культурой, в том числе оздоровительной физической культурой.</p>
---	---

1.6 Критерии оценивания компетенций на разных этапах формирования

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические задания (5 бал. *4заданий)	20
Самостоятельная работа	40
Зачет	40
Всего:	100

Система оценивания учебных достижений студентов заочной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические задания (10 бал. * 4 задания)	40
Самостоятельная работа	30
Зачет	30
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	ФХ – 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	Не зачтено

		возможно повышение качества выполнения учебных заданий	
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).

Вопросы для устного опроса:

1. Предмет теории физического развития дошкольников и его основные понятия.
2. Связь теории и методики физического развития дошкольников с другими науками.
3. Единство организма и окружающей среды.
4. Методы исследования в теории физического воспитания.
5. Ретроспективный обзор проблемы физического воспитания детей в зарубежной педагогике.
6. Ретроспективный обзор проблемы физического воспитания детей в отечественной педагогике.
7. Задачи и направления физического развития в соответствии с ФГОС ДО.
8. Цель и задачи физического развития дошкольников.
8. Гигиенические факторы как средство физического развития.
9. Естественные силы природы как средство физического развития.
10. Определение, содержание, форма и техника физических упражнений.
11. Пространственная характеристика двигательных действий.
12. Пространственно-временные, временные, ритмическая и качественная характеристики движений.
13. Особенности физического развития ребенка раннего возраста.
14. Особенности физического развития ребенка-дошкольника.
15. Развитие силы и быстроты движений.
16. Воспитание выносливости.
17. Развитие гибкости.
18. Развитие ловкости.
19. Гимнастика как средство и метод физического воспитания ребенка.
20. Виды гимнастики и их характеристика.

21. Основные движения (упражнения в бросании, метании, лазании, ходьбе, беге, прыжках, равновесии).
22. Общеразвивающие упражнения.
23. Строевые упражнения.
24. Подвижная игра, ее определение и специфика.
25. Подвижная игра как средство и метод физического развития.
26. Использование подвижной игры в разных видах детской деятельности.
27. Методика проведения подвижных игр.
28. Обучение ходьбе на лыжах.
29. Обучение катанию на коньках.
30. Катание на роликовых коньках.
31. Катание на санках.
32. Катание на качалках, качелях, каруселях.
33. Катание на велосипеде.
34. Обучение плаванию.
35. Планирование работы по физическому воспитанию дошкольников.

Темы для подготовки реферативной работы:

1. Общепедагогические принципы физического воспитания.
2. Специальные принципы физического воспитания.
3. Подход Н.Н. Ефименко к классификации принципов физического воспитания детей.
4. Методы физического воспитания.
5. Приемы обучения ребенка движениям. Формирование двигательных навыков и воспитание психофизических качеств.
6. Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения.
7. Этапы обучения двигательным навыкам.
8. Методика воспитания психофизических качеств.
9. Русские народные подвижные игры.
10. Развитие творчества в подвижных играх.
11. Воспитание выразительности движений в подвижных играх.
12. Спортивные игры для дошкольников.
13. Характеристика спортивных упражнений.

Практические задания:

1. Предмет теории физического воспитания детей дошкольного возраста. Теория физического воспитания детей дошкольного возраста – наука об общих закономерностях физического воспитания ребенка. Методологическая и естественнонаучная основы методики физического воспитания как научной и учебной дисциплины. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста. Методы исследования в

методике физического воспитания ребенка. Задачи физического воспитания и развития ребенка.

2. Общая характеристика средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Комплексное использование средств физического воспитания как необходимое условие успешного решения задач. Использование естественных сил природы (солнечной радиации, воздуха и воды) в целях физического воспитания. Значение и место гигиенических факторов: режима активной деятельности и отдыха, соблюдение санитарно-гигиенических требований к оборудованию, одежды и обуви, месту проведения физических упражнений в системе средств физического воспитания. Физические упражнения – основное, наиболее характерное и специфическое средство физического воспитания. Содержание и форма (структура) физических упражнений.

3. Единство обучения, воспитания и развития. Понятие о двигательных навыках и умениях, их физиологическая и психологическая сущность. Закономерности формирования двигательных навыков. Особенности формирования двигательных навыков у детей дошкольного возраста. Взаимосвязь формирования двигательных навыков и воспитания психофизических качеств у детей разных возрастных групп. Методика воспитания психофизических качеств (быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости) у детей дошкольного возраста.

4. Становление теории и методики подвижных игр. Характеристика подвижной игры как средства и метода физического воспитания и общего развития ребенка. Классификация подвижных игр. Методика проведения подвижных игр. Подготовка к проведению игры. Организация играющих. Руководство процессом игры. Подведение итогов игры. Требования «Программы воспитания в детском саду» к проведению подвижных игр.

Темы для подготовки мультимедийных презентаций:

1. Организация работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях.
2. Врачебный контроль.
3. Медико-педагогические наблюдения в процессе физического воспитания дошкольников.
4. Контроль за санитарно-гигиеническими условиями и одеждой детей.
5. Санитарно-просветительская работа.
6. Основные качества специалиста по физической культуре.
7. Формы работы инструктора по физической культуре с педагогическими кадрами.

2.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачет)

Вопрос 1:

Какая из форм физической активности наиболее подходит для детей дошкольного возраста?

1. Подвижные игры.
2. Танцы.
3. Легкая атлетика.
4. Йога.

Вопрос 2:

На каком этапе физического воспитания дошкольников важно развивать координацию движений?

1. На этапе социализации.
2. На этапе формирования двигательных навыков.
3. На этапе подготовки к школе.
4. На этапе эмоционального развития.

Вопрос 3:

Какой возрастной период детей считается дошкольным?

1. От 1 до 3 лет.
2. От 3 до 6 лет.
3. От 3 до 7 лет.
4. От 6 до 10 лет.

Вопрос 4:

Что является основой физического воспитания дошкольников?

1. Тренировки в спортзале.
2. Подвижные игры и физическая активность.
3. Спортивные соревнования.
4. Индивидуальные занятия спортом.

Вопрос 5:

Какие виды двигательной активности важны для детей дошкольного возраста?

1. Легкие физические упражнения.
2. Игры с мячом, бег, прыжки.
3. Спортивные игры.
4. Поднятие тяжестей.

Вопрос 6:

Какие особенности физического воспитания дошкольников должны учитываться?

1. Только физическое развитие.
2. Индивидуальные особенности развития каждого ребенка.
3. Только возрастные особенности.
4. Силовые нагрузки.

Вопрос 7:

Что является важным аспектом методики физического воспитания дошкольников?

1. Комплексные тренировки.
2. Систематическая двигательная активность.
3. Индивидуальные тренировки.
4. Рабочие силовые упражнения.

Вопрос 8:

Какие факторы влияют на физическое развитие дошкольников?

1. Генетические факторы.
2. Питание, двигательная активность и отдых.
3. Медицинские вмешательства.
4. Развитие умственных способностей.

Вопрос 9:

Что из перечисленного является результатом физического воспитания детей дошкольного возраста?

1. Спортивные достижения.
2. Развитие моторных навыков и координации движений.
3. Развитие выносливости.
4. Умение прыгать на длинные дистанции.

Вопрос 10:

Какие упражнения подходят для развития координации движений у дошкольников?

1. Прыжки на месте.
2. Упражнения с ловлей и подбрасыванием мяча.
3. Подтягивания.
4. Пробежки на длинные дистанции.

Вопрос 11:

Какие формы работы с детьми дошкольного возраста применяются в физическом воспитании?

1. Лекционные занятия.
2. Игровые и подвижные занятия.
3. Статические упражнения.
4. Медитативные практики.

Вопрос 12:

Какой элемент является основным в организации физического воспитания дошкольников?

1. Индивидуальная подготовка.
2. Групповые подвижные игры.
3. Легкие аэробные тренировки.
4. Тренировки с тренером.

Вопрос 13:

Какая цель стоит перед физическим воспитанием детей дошкольного возраста?

1. Развитие спортивных навыков.
2. Формирование здорового образа жизни.
3. Повышение физической силы.
4. Развитие выносливости.

Вопрос 14:

Какое значение имеет активная подвижная деятельность в жизни дошкольников?

1. Уменьшает внимание детей.
2. Способствует развитию физических и психических процессов.
3. Вредит осанке.
4. Не влияет на физическое развитие.

Вопрос 15:

Какой тип физической активности наиболее эффективен для детей дошкольного возраста?

1. Статические упражнения.
2. Спортивные тренировки.
3. Активные игры с элементами физической активности.
4. Занятия фитнесом.

Вопрос 16:

Какие двигательные навыки развиваются у детей дошкольного возраста в первую очередь?

1. Метание объектов.
2. Ходьба, бег, прыжки, ловля мяча.
3. Силовые упражнения.
4. Прыжки с высоты.

Вопрос 17:

Какие факторы влияют на выбор методики физического воспитания для детей дошкольного возраста?

1. Только возраст.
2. Физическое развитие и индивидуальные особенности детей.
3. Географические условия.
4. Сезон года.

Вопрос 18:

Какие игры помогают развивать общую физическую подготовленность у дошкольников?

1. Легкая атлетика.
2. Подвижные игры с элементами соревнования.
3. Игры с компьютерами.
4. Игры на пианино.

Вопрос 19:

Какая из игр является типичной для физического воспитания детей дошкольного возраста?

1. Шахматы.
2. “Ловишки” или “Салки”.
3. Игры на компьютере.
4. Карты.

Вопрос 20:

Какие основные принципы применяются при организации физического воспитания детей дошкольного возраста?

1. Строгая дисциплина и сила.
2. Индивидуальный подход и постепенность.
3. Краткосрочные интенсивные тренировки.
4. Высокие нагрузки на выносливость.

Вопрос 21:

Какую роль в физическом воспитании дошкольников играет отдых?

1. Он не имеет значения.
2. Отдых важен для восстановления сил и профилактики усталости.
3. Отдых мешает развитию.
4. Отдых важен только для подростков.

Вопрос 22:

Какой возраст является оптимальным для начала систематических занятий физической культурой у детей?

1. С 1 года.
2. С 5 лет.
3. С 3 лет.
4. С 7 лет.

Вопрос 23:

Какие физические упражнения наиболее подходят для детей дошкольного возраста?

1. Упражнения с отягощениями.
2. Игровые упражнения с мячом, прыжки, бег.
3. Тяжелая атлетика.
4. Упражнения на тренажерах.

Вопрос 24:

Какую роль играют игровые упражнения в физическом воспитании детей дошкольного возраста?

1. Они не важны.
2. Игры помогают развивать координацию, ловкость и силу.
3. Они приводят к травмам.
4. Игры важны только для детей младшего возраста.

Вопрос 25:

Какой элемент является основным в движении на свежем воздухе для детей дошкольного возраста?

1. Прогулки на короткие дистанции.
2. Игры и физические упражнения на воздухе.
3. Короткие пробежки.
4. Легкие упражнения с гантелями.

Вопрос 26:

Какие упражнения помогают детям дошкольного возраста развивать гибкость?

1. Наклоны, растяжки, упражнения на гибкость.
2. Прыжки с места.
3. Отжимания и подтягивания.
4. Легкие беговые упражнения.

Вопрос 27:

Что из перечисленного является важной задачей физического воспитания детей дошкольного возраста?

1. Развитие спортивных навыков.
2. Формирование здорового образа жизни.
3. Развитие силы и выносливости.
4. Подготовка к соревнованиям.

Вопрос 28:

Какие виды спорта подходят для детей дошкольного возраста?

1. Легкая атлетика.
2. Теннис.

3. Плавание, гимнастика, мини-футбол.
4. Тяжелая атлетика.

Вопрос 29:

Какую роль в физическом воспитании дошкольников играет музыкальное сопровождение?

1. Оно не имеет значения.
2. Помогает улучшить координацию и развивает ритм.
3. Оно мешает концентрации.
4. Только для танцев.

Вопрос 30:

Какие виды игр являются основой физической активности для детей дошкольного возраста?

1. Карточные игры.
2. Игры на компьютере.
3. Игры с мячом, игры на свежем воздухе.
4. Игры на пианино.

Вопрос 31:

Какие элементы физической активности являются приоритетными для дошкольников?

1. Подвижные игры, спортивные эстафеты, гимнастика.
2. Прыжки на батуте.
3. Физкультурные тренировки.
4. Спортивные турниры.

Вопрос 32:

Что является важной характеристикой физического воспитания дошкольников?

1. Силовые упражнения.
2. Спортивные достижения.
3. Раннее развитие двигательных навыков.
4. Занятия аэробикой.

Вопрос 33:

Какие цели ставятся перед педагогами в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста?

1. Развитие спортивной квалификации.
2. Формирование у детей здоровых привычек.
3. Подготовка к спортивным соревнованиям.
4. Развитие силы и выносливости.

Вопрос 34:

Какой подход является наиболее эффективным в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста?

1. Краткосрочные интенсивные тренировки.
2. Индивидуальный подход к каждому ребенку.
3. Постоянная физическая нагрузка.
4. Комплексные силовые тренировки.

Вопрос 35:

Какие упражнения рекомендуются для укрепления осанки у детей дошкольного возраста?

1. Тренировки на беговых дорожках.
2. Упражнения для укрепления спины и плечевого пояса.
3. Прыжки с места.
4. Упражнения с отягощениями.

Вопрос 36:

Какие принципы педагогики физического воспитания детей дошкольного возраста являются основными?

1. Только индивидуальный подход.
2. Игровая форма занятий и постепенность.
3. Краткосрочные высокоинтенсивные тренировки.
4. Интенсивная физическая нагрузка с первых занятий.

Вопрос 37:

Какие физические упражнения должны выполнять дети для развития силы и выносливости?

1. Спортивные игры.

2. Игровые упражнения с элементами сопротивления, например, подтягивания на перекладине.
3. Легкие аэробные упражнения.
4. Упражнения с отягощениями.

Вопрос 38:

Какой фактор оказывает наибольшее влияние на физическое развитие дошкольников?

1. Легкие тренировки.
2. Правильное питание и физическая активность.
3. Физические упражнения только на свежем воздухе.
4. Использование компьютерных игр.

Вопрос 39:

Какие типы двигательной активности следует исключать для детей дошкольного возраста?

1. Легкие игры на свежем воздухе.
2. Силовые тренировки с отягощениями.
3. Игры с мячом.
4. Прогулки на велосипеде.

Вопрос 40:

Какую роль играет физическая активность в психоэмоциональном развитии детей дошкольного возраста?

1. Увеличивает уровень стресса.
2. Способствует развитию социальной активности, уверенности в себе и эмоционального благополучия.
3. Не имеет значения для эмоционального состояния.
4. Вредно для психики.

Вопрос 41:

Какие формы физического воспитания дошкольников могут быть использованы на занятиях?

1. Игры с элементами соревнований.
2. Подвижные и спортивные игры, комплексы гимнастики.
3. Спортивные тренировки на результат.
4. Танцевальные тренировки.

Вопрос 42:

Что такое “индивидуальная физическая подготовка” в контексте дошкольного возраста?

1. Разработка программы для каждого ребенка в отдельности.
2. Подбор упражнений, ориентированных на развитие индивидуальных двигательных навыков.
3. Тренировка с тренером каждый день.
4. Соревнования между детьми.

Вопрос 43:

Какие спортивные игры являются предпочтительными для детей дошкольного возраста?

1. Баскетбол.
2. Футбол, волейбол, мини-гольф.
3. Легкая атлетика.
4. Теннис.

Вопрос 44:

Какая физическая нагрузка рекомендуется детям дошкольного возраста?

1. Высокие физические нагрузки.
2. Регулярные умеренные физические нагрузки.
3. Силовые тренировки.
4. Спортивные соревнования.

Вопрос 45:

Какая особенность занятий физической культурой для дошкольников заключается в необходимости?

1. Жесткая дисциплина.
2. Наличие игровых форм и взаимодействия с другими детьми.
3. Проводить тренировки исключительно с взрослыми.
4. Применять тренажеры.

Вопрос 46:

Какие физические упражнения особенно полезны для развития мелкой моторики у детей дошкольного возраста?

1. Пазлы, игры с маленькими предметами, манипуляции с конструкторами.
2. Прыжки через скакалку.
3. Легкие тренировки на беговых дорожках.
4. Подтягивания на турнике.

Вопрос 47:

Какой тип упражнений рекомендуется для улучшения дыхательной функции у детей дошкольного возраста?

1. Силовые упражнения.
2. Дыхательные упражнения и игры с дыханием.
3. Упражнения с отягощениями.
4. Спортивные игры на скорость.

Вопрос 48:

Какой подход к физическому воспитанию дошкольников является наиболее оптимальным?

1. Постоянные тренировки.
2. Индивидуализация и учет возрастных особенностей.
3. Применение максимальных нагрузок.
4. Преобладание спортивных соревнований.

Вопрос 49:

Какие игры помогают развивать равновесие у детей дошкольного возраста?

1. Игры с мячом.
2. Балансиры, хождение по линии, прыжки на одной ноге.
3. Бег на короткие дистанции.
4. Легкие упражнения с отягощениями.

Вопрос 50:

Какой элемент в занятиях физической культурой особенно важен для дошкольников?

1. Силовые упражнения.
2. Элементы игры и радости в движении.
3. Спортивные турниры.
4. Интенсивные тренировки.

Вопрос 51:

Какие виды спорта являются наиболее доступными для детей дошкольного возраста?

1. Легкая атлетика.
2. Теннис.
3. Плавание, гимнастика, мини-футбол, катание на скейтборде.
4. Тяжелая атлетика.

Вопрос 52:

Какие игры способствуют улучшению психоэмоционального состояния детей дошкольного возраста?

1. Силовые тренировки.
2. Игры, которые включают взаимодействие и сотрудничество между детьми.
3. Игры на выносливость.
4. Спортивные соревнования.

Вопрос 53:

Какая физическая активность рекомендуется детям дошкольного возраста для поддержания физической формы в зимний период?

1. Лыжные гонки.
2. Зимние прогулки на свежем воздухе, игры на снегу, катание на санках.
3. Спортивные соревнования на открытом воздухе.
4. Закрытые тренировки.

Вопрос 54:

Какие особенности моторного развития дошкольников должны учитываться при физическом воспитании?

1. Только физическая сила.
2. Невозможно сразу требовать сложных движений, необходимо постепенно развивать координацию.
3. Все дети развиваются одинаково.
4. Развитие мотивации важнее.

Вопрос 55:

Какие важные аспекты физической активности в дошкольном возрасте включают в себя?

1. Систематические упражнения на развитие силы, гибкости, координации, а также активные игры.
2. Легкие тренировки с отягощениями.
3. Индивидуальные спортивные тренировки.
4. Соревнования.

Вопрос 56:

Какие виды активности могут быть рекомендованы для развития ловкости у детей дошкольного возраста?

1. Тяжелые физические нагрузки.
2. Прыжки через препятствия, игры на равновесие.
3. Игры с мячом.
4. Танцы.

Вопрос 57:

Какую роль в физическом воспитании детей дошкольного возраста играет педагог?

1. Он только наблюдает за процессом.
2. Он планирует и организует занятия, выбирая подходящие упражнения и игры.
3. Он только оценивает результаты.
4. Педагог не участвует в процессе.

Вопрос 58:

Какой вид физической активности способствует общему физическому развитию дошкольников?

1. Силовые тренировки.
2. Легкие кардио-упражнения.
3. Подвижные игры, бег, прыжки.
4. Групповые тренировки.

Вопрос 59:

Какой элемент физической активности играет ключевую роль в развитии у детей дошкольного возраста?

1. Тренировки на длинные дистанции.
2. Подвижные игры и активное участие в командных играх.
3. Спортивные соревнования.
4. Индивидуальные силовые тренировки.

Вопрос 60:

Что способствует развитию социального взаимодействия в процессе физического воспитания дошкольников?

1. Легкие индивидуальные тренировки.
2. Групповые игры и командные занятия.
3. Спортивные турниры.
4. Индивидуальная физическая подготовка.

Вопрос 61:

Какие игры являются наиболее эффективными для развития физической выносливости у детей дошкольного возраста?

1. Игры с мячом.
2. Игры на продолжительные дистанции, такие как эстафеты.
3. Пробежки на короткие дистанции.
4. Упражнения на силовые тренажеры.

Вопрос 62:

Какая роль в физическом воспитании детей дошкольного возраста принадлежит здоровому образу жизни?

1. Он не играет важной роли.
2. Здоровый образ жизни способствует лучшему физическому и психоэмоциональному развитию.
3. Он важен только для подростков.
4. Здоровый образ жизни не имеет отношения к физическому воспитанию.

Вопрос 63:

Какие особенности должны учитываться при выборе упражнений для дошкольников с низкой физической подготовленностью?

1. Сложные силовые упражнения.
2. Легкие и умеренные физические нагрузки с постепенным увеличением.
3. Активные тренировки без отдыха.
4. Игры на выносливость.

Вопрос 64:

Какая цель преследуется при проведении групповых физических занятий с детьми дошкольного возраста?

1. Формирование спортивных навыков.
2. Развитие координации, командного взаимодействия, укрепление здоровья.
3. Увеличение физической силы.
4. Соревновательная практика.

Вопрос 65:

Какое физическое упражнение помогает развивать общую физическую выносливость у дошкольников?

1. Бег на короткие дистанции, прыжки, танцы.
2. Подтягивания на перекладине.
3. Силовые тренировки с гантелями.
4. Упражнения с отягощениями.

Продолжаю тест:

Вопрос 66:

Какие игры развивают у дошкольников пространственное ориентирование?

1. Игры с перемещением по различным траекториям, бег с изменением направления.
2. Игра в шахматы.
3. Легкие прыжки на месте.
4. Игры на компьютере.

Вопрос 67:

Какой элемент является важным для профилактики травматизма у детей дошкольного возраста при занятиях физической культурой?

1. Использование спортивных тренажеров.
2. Правильная организация пространства и контроль за техникой выполнения упражнений.
3. Спортивные соревнования.
4. Высокая интенсивность тренировки.

Вопрос 68:

Какие виды спорта можно включить в программу физического воспитания дошкольников для улучшения координации движений?

1. Гимнастика, плавание, игровые виды спорта (футбол, баскетбол).
2. Тяжелая атлетика.
3. Гольф.
4. Теннис.

Вопрос 69:

Какие задачи решаются через физическую культуру в дошкольном возрасте?

1. Формирование спортивных рекордов.
2. Развитие моторики, социальной активности, укрепление здоровья.
3. Развитие силы и выносливости.
4. Подготовка к спортивным соревнованиям.

Вопрос 70:

Какую роль в развитии детей дошкольного возраста играют занятия физкультурой на свежем воздухе?

1. Укрепляют иммунитет, развивают выносливость, повышают активность.
2. Они не имеют значения для физического развития.
3. Это важно только зимой.
4. Игры на свежем воздухе вредны для здоровья.