

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

**ПРЕДМЕТНАЯ ЧАСТЬ (ПРОФИЛЬ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ)**  
**Образовательные технологии в физической культуре  
и спорте**

**рабочая программа дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой	<b>Л1 Теоретических основ физического воспитания</b>		
Учебный план	44.03.05 Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) (о, 2026).plx Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) Выпускающие кафедры: Теоретических основ физического воспитания; Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта; Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности; Педагогики		
Квалификация	<b>Бакалавр</b>		
Форма обучения	<b>очная</b>		
Общая трудоемкость	<b>5 ЗЕТ</b>		
Часов по учебному плану	180	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:			
аудиторные занятия	0		
самостоятельная работа	79,85		
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР)	0		

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		9 (5.1)		Итого	
	Неделя		12 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	10	10	18	18	28	28
Лабораторные	14	14			14	14
Практические	10	10	12	12	22	22
Контроль на промежуточную аттестацию (зачет)			0,33	0,33	0,33	0,33
Контроль на промежуточную аттестацию (экзамен)	0,15	0,15			0,15	0,15
В том числе в форме практ.подготовки	16	16	12	12	28	28
Итого ауд.	34	34	30	30	64	64
Контактная работа	34,15	34,15	30,33	30,33	64,48	64,48
Сам. работа	37,85	37,85	42	42	79,85	79,85
Часы на контроль			35,67	35,67	35,67	35,67
Итого	72	72	108	108	180	180

Программу составил(и):

*кпн, Доцент, Кондратьюк Татьяна Александровна* \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины

Образовательные технологии в физической культуре и спорте

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)

Выпускающие кафедры:

Теоретических основ физического воспитания;

Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта;

Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности;

Педагогики

утвержденного учёным советом вуза от 24.06.2026 протокол № 10 .

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от 06.05.2025 г. № 15

Зав. кафедрой С.С.Ситничук

Согласовано с представителями работодателей на заседании НМС УГН(С), протокол №7 \_\_\_ от \_\_\_ 07.05 \_\_\_\_\_ 20\_26\_г.

Председатель НМС УГН(С)

\_\_\_ Казакевич Н.Н.

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

формирование систематизированных знаний о принципах и содержании общепедагогических и технологий обучения по физической культуре

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.08
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Управление параметрами физических нагрузок
2.1.2	Психология физического воспитания и спорта
2.1.3	Практикум по возрастной и педагогической психологии
2.1.4	Теория и практика обучения
2.1.5	Методическая часть (профиль Физическая культура)
2.1.6	Практикум по педагогической диагностике образовательных результатов
2.1.7	Методика физического воспитания в дошкольных образовательных организациях
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.2	Профессиональная деятельность тренера
2.2.3	Педагогическая практика

## 3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

**ОПК-2: Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)**

**ОПК-2.3: Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов**

### Знать:

Уровень 1	знает понятие образовательная технология
Уровень 2	понимает сущность образовательной технологии
Уровень 3	способен определять образовательную технологию

### Уметь:

Уровень 1	умеет при помощи осуществлять отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов
Уровень 2	Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов с трудом
Уровень 3	свободно Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов

### Владеть:

Уровень 1	некоторыми элементами отбора педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов
Уровень 2	Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов
Уровень 3	свободно Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов

**ПК-1: Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач**

**ПК-1.1: Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета)**

### Знать:

Уровень 1	знает некоторые структурные элементы и состав основной образовательной программы по физической культуре, некоторые дидактические единицы
Уровень 2	знает основные структурные элементы и состав основной образовательной

	программы по физической культуре, дидактические единицы
Уровень 3	свободно владеет знаниями и их интерпретирует по структурным элементам и составу основной образовательной программы по физической культуре, дидактические единицы
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	определять и соотносит некоторые структурные элементы и состав основной образовательной программы по физической культуре, некоторые дидактические единицы с технологиями обучения по физической культуре
Уровень 2	определять и соотносит основные структурные элементы и состав основной образовательной программы по физической культуре, некоторые дидактические единицы с технологиями обучения по физической культуре
Уровень 3	свободно определять и соотносит структурные элементы и состав основной образовательной программы по физической культуре, дидактические единицы с технологиями обучения по физической культуре
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	способами определения и применения некоторых структурных элементов и состава основной образовательной программы по физической культуре, некоторых дидактических единиц с технологиями обучения по физической культуре
Уровень 2	способами определения и применения основных структурных элементов и состава основной образовательной программы по физической культуре, основных дидактических единиц с технологиями обучения по физической культуре
Уровень 3	свободно владеет способами определения и применения структурных элементов и состава основной образовательной программы по физической культуре, дидактические единицы с технологиями обучения по физической культуре
<b>ПК-1.2: Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	частично учебное содержание по физической культуре и некоторые способы его реализации
Уровень 2	основное учебное содержание по физической культуре и некоторые способы его реализации
Уровень 3	учебное содержание по физической культуре и некоторые способы его реализации
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	осуществлять элементы отбора учебного содержания по физической культуре и некоторые способы реализации
Уровень 2	осуществлять основной отбор учебного содержания по физической культуре и некоторые способы реализации
Уровень 3	осуществлять отбор учебного содержания по физической культуре и способы реализации самостоятельно
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	некоторыми приемами отбора учебного содержания по физической культуре и некоторыми способами реализации технологий обучения по физической культуре
Уровень 2	основными приемами отбора учебного содержания по физической культуре и основными способами реализации технологий обучения по физической культуре
Уровень 3	владеет свободно приемами отбора учебного содержания по физической культуре и способами реализации технологий обучения по физической культуре
<b>ПК-1.3: Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	формы учебных занятий, некоторые методы приемы и технологии обучения физической культуре
Уровень 2	основные формы учебных занятий, основные методы приемы и технологии обучения физической культуре
Уровень 3	формы учебных занятий, методы приемы и технологии обучения физической культуре, в том числе информационные
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	соотносить некоторые формы учебных занятий, некоторые методы приемы и технологии обучения физической культуре с образовательными результатами
Уровень 2	соотносить основные формы учебных занятий, методы приемы и технологии обучения физической культуре с образовательными результатами
Уровень 3	соотносить и адаптировать формы учебных занятий, методы приемы и технологии обучения физической культуре с образовательными результатами

<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	некоторыми способами разработки некоторых форм учебных занятий, некоторых методов и приемы с технологии обучения физической культуре с образовательными результатами
Уровень 2	основными способами разработки некоторых форм учебных занятий, х методов и приемы с технологии обучения физической культуре с образовательными результатами
Уровень 3	разрабатывать формы учебных занятий, использовать методы и приемы технологии обучения физической культуре
<b>ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов</b>	
<b>ПК-3.1: Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.)</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	признаки развивающей учебной деятельности, некоторые характеристики УУД
Уровень 2	признаки развивающей учебной деятельности, характеристики УУД
Уровень 3	принципы выявления признаков развивающей учебной деятельности, характеристики УУд и технологии направленные на их формирование
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	владеет некоторыми приёмами интеграции учебных предметов
Уровень 2	владеет основными интеграции учебных предметов
Уровень 3	свободно интегрирует учебные предметы и организует развивающую учебную деятельность обучающихся по физической культуре
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	некоторыми приемами организации учебной деятельности
Уровень 2	основными приемами организации учебной деятельности
Уровень 3	свободно владеет приемами организации учебной деятельности
<b>ПК-5: Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области</b>	
<b>ПК-5.2: Разрабатывает и реализует индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	некоторые способы реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре
Уровень 2	основные способы реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре
Уровень 3	способы реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	разрабатывать некоторые способы реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре
Уровень 2	разрабатывать основные способы реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре
Уровень 3	разрабатывать способы реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	приемами реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре с использованием технологий обучения по физической культуре
Уровень 2	основными способами реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре с использованием технологий обучения по физической культуре
Уровень 3	свободно владеет способами и реализации учебно-проектной деятельности по физической культуре с использованием технологий обучения по физической культуре
<b>ПК-5.3: Использует передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	некоторые условия использования педагогических технологий в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре
Уровень 2	основные условия использования педагогических технологий в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре
Уровень 3	условия использования педагогических технологий в учебно-проектной

деятельности обучающихся по физической культуре	
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	определять и соотносить некоторые условия использования педагогических технологий в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре
Уровень 2	определять и соотносить условия использования педагогических технологий в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре с некоторым затруднением
Уровень 3	свободно определять и соотносить, обосновывать условия использования педагогических технологий в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	приемами реализации педагогических технологий в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре
Уровень 2	реализует педагогические технологии в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре с трудом, при контроле со стороны преподавателя
Уровень 3	творчески реализует педагогические технологии в учебно-проектной деятельности обучающихся по физической культуре

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Нормативно-правовое обеспечение реализации современных образовательных технологий по физической культуре</b>						
1.1	Понятие современные образовательные технологии по физической культуре. Цели и условия их реализации. ФГОС ДО, СОО, ООО, НОО - требование к образовательным результатам. /Лек/	8	6	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
1.2	Учебный план, учебная программа по физической культуре. Требования к технологическому и методическому обеспечению программ по физической культуре /Лек/	8	4	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
1.3	Методы диагностики и анализа образовательных результатов : личностных, предметных по физической культуре и метапредметных /Лаб/	8	4	ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		отчет
1.4	Учебный план по физической культуре /Ср/	8	16	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		вопросы к семинару
1.5	Разработка рабочего учебного плана, графика учебного процесса по физической культуре /Лаб/	8	4	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		вопросы к семинару
1.6	Учебная программа по физической культуре /Пр/	8	2	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		вопросы к семинару
1.7	Технология разработки учебной программы по физической культуре /Лаб/	8	4	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		отчет
1.8	Нормативно-правовое обеспечение реализации современных образовательных технологий по физической культуре (7 /Ср/	8	0				
	<b>Раздел 2. Педагогические технологии их классификация и характеристика</b>						

2.1	Классификации педагогических технологий. Методический прием, метод, методика, технологии /Пр/	8	4	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
2.2	реализации современных образовательных технологий по физической культуре (7 /Ср/	8	10				
	<b>Раздел 3. Личностно-ориентированные технологии обучения в профессиональной деятельности учителя физической культуры</b>						
3.1	Личностно-ориентированные технологии обучения: /Лек/	9	12	ПК-1.2 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
3.2	Дифференцированные технологии обучения физической культуре /Пр/	8	4	ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
3.3	Интерактивные технологии обучения физической культуре /Лаб/	8	2	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
3.4	Личностно-ориентированные технологии обучения в профессиональной деятельности учителя физической культуры /Ср/	8	4				
	<b>Раздел 4. Коллективные технологии обучения физической культуре</b>						
4.1	Коллективные технологии обучения физической культуре /Пр/	9	6	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
4.2	Современные практики реализации коллективных технологий обучения физической культуре /Ср/	9	6	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		доклад и презентация
	<b>Раздел 5. Информационно-коммуникационные технологии обучения физической культуре</b>						
5.1	Современные практики реализации информационно-коммуникационных технологий /Ср/	9	20	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-3.1 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		доклад и презентация
	<b>Раздел 6. формирование УУД обучающихся посредством технологий обучения физической культуре</b>						
6.1	Формирование УУД посредством технологий обучения физической культуры /Лек/	9	6	ПК-1.2 ПК-5.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		конспект
6.2	Создание электронных методических рекомендаций по формированию УУД на уроках физической культуры /Пр/	9	6	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		отчет
6.3	формирование УУД обучающихся посредством технологий обучения физической культуре /Ср/	9	16				
	<b>Раздел 7. решение профессиональных задач посредством образовательных технологий по физической культуре</b>						
7.1	зачет с оценкой /КРЭ/	8	0,15	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-5.2 ПК-5.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5		доклад

7.2	/Экзамен/	9	35,67				
7.3	/Ср/	8	7,85				
7.4	/КРЗ/	9	0,33				

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Входной контроль

Вопросы для осмысления и обсуждения:

Основные изменения в системе образования в связи с вступлением в силу нового Федерального закона «Об образовании в РФ.

2. Изменения в образовательном процессе в связи с введением новых ФГОС ООО.
3. Школьная система оценки качества образования.
4. Независимая система оценки качества образования как инструмент государственно-общественного управления.
5. Новые требования к педагогической деятельности и ее оценке в соответствии с профессиональным стандартом педагога (воспитателя)
6. Причины появления и распространения педагогических технологий в учебном процессе.
7. Классификации технологий обучения (по сущностным и инструментально-значимым свойствам (целевой ориентации, характеру взаимодействию учителя и учащихся, организации обучения)).
9. Информационно-коммуникационные технологии.
10. Метод проектов как педагогическая технология.
- 11 Почему образовательная практика нуждается в новых педагогических технологиях?
- 12 Проведите анализ и дайте характеристику влияния современного общества и государства на систему школьного образования.
13. Запишите отличительные признаки понятия «технология».
14. Какой позиции в понимании соотношения между технологией и методикой Вы будете придерживаться. Обоснуйте свой выбор.
15. Какие критерии эффективности образовательных технологий Вы считаете наиболее важными? Дополните список критериев эффективности технологий с учетом специфики преподаваемого предмета.
16. Какие подходы к классификации образовательных технологий существуют? Охарактеризуйте основные группы в классификации современных образовательных технологий. Какие группы технологии вы считаете наиболее важными в профессиональной деятельности учителя? Обоснуйте свой выбор.
17. Какие требования предъявляются к современному учителю-технологу.

Практические задания.

1. Напишите эссе на тему «Выпускник и учитель современной школы проблемы формирования, реалии сегодняшнего дня: требования государства, общества, семьи».
2. Запишите собственные определения: современные образовательные технологии; современные технологии обучения; современные педагогические технологии; современные технологии воспитательной деятельности.
3. Составьте опорный сигнальный конспект определения современные технологии обучения.
4. Напишите краткое описание педагогической деятельности вашего выдающегося школьного учителя или тренера.

Понятия и термины обязательные для усвоения

Образование, обучение, воспитание, развитие, педагогический процесс, преподавание, учение, современные образовательные технологии, современные технологии обучения, методика, дидактика.

Тестовые задания для текущего контроля.

1. Гуманно-личностная технология Ш.А. Амонашвили построена на основе:
  - 1) личностной ориентации педагогического процесса;
  - 2) активизации и интенсификации деятельности учащихся;
  - 3) теории поэтапного формирования знаний.
2. По уровню применения выделяют педагогические технологии:
  - 1) материалистические и идеалистические, диалектические и метафизические, научные и религиозные;
  - 2) общепедагогические, предметные, локальные;
  - 3) гуманистические и антигуманные, свободного воспитания и принуждения.
3. По ведущему фактору развития выделяют педагогические технологии:
  - 1) материалистические и идеалистические, диалектические и метафизические, научные и религиозные;
  - 2) общепедагогические, предметные, локальные;
  - 3) биогенные, психогенные, социогенные.
4. По философской основе выделяют педагогические технологии:
  - 1) материалистические и идеалистические;
  - 2) общепедагогические, предметные;
  - 3) диалектические и метафизические;
  - 4) антропософские и теософские;
  - 5) прагматические и экзистенциалистические;

- б) психогенные и социогенные.
5. Педагогическая технология должна удовлетворять основным методологическим принципам:
- 1) доступность;
  - 2) связь теории с практикой;
  - 3) концептуальность;
  - 4) системность;
  - 5) управляемость;
  - 6) эффективность;
  - 7) воспроизводимость.
6. Возможность применения (повторения) педагогической технологии в других однотипных образовательных учреждениях, другими субъектами – суть принципа:
- 1) доступности;
  - 2) концептуальности;
  - 3) управляемости;
  - 4) эффективности;
  - 5) воспроизводимости.
7. Каждой педагогической технологии должна быть присуща опора на определенную научную теорию – в этом суть принципа:
- 1) доступности;
  - 2) концептуальности;
  - 3) управляемости;
  - 4) эффективности;
  - 5) воспроизводимости.
8. Современные педагогические технологии должны быть результативными, оптимальными по затратам, гарантировать достижение определенного стандарта обучения – в этом суть принципа:
- 1) доступности;
  - 2) концептуальности;
  - 3) управляемости;
  - 4) эффективности;
  - 5) воспроизводимости.
9. По позиции ребенка и отношению к нему выделяется тип технологий:
- 1) авторитарные;
  - 2) дидактоцентрические;
  - 3) личностно-ориентированные;
  - 4) гуманно-личностные;
  - 5) сотрудничества;
  - 6) свободного воспитания;
  - 7) локальные;
  - 8) общепедагогические;
  - 9) материалистические.
10. Субъект-объектные отношения педагога и ученика характерны для технологий:
- 1) педагогики сотрудничества;
  - 2) дидактоцентрической;
  - 3) авторитарной;
  - 4) программированного обучения.
11. Логически завершенная форма части содержания учебной дисциплины с соответствующей формой контроля знаний называется:
- 1) уроком;
  - 2) обучающим модулем;
  - 3) учебным предметом.
12. Для оценки знаний в технологии модульного обучения применяется:
- 1) система дискретно-сессионного контроля;
  - 2) непрерывно набираемые в период обучения и на этапах промежуточного контроля баллы;
  - 3) рейтинговая система.
13. Авторами технологий развивающего обучения являются:
- 1) бихевиористы;
  - 2) Давыдов В.В., Эльконин Д.Б.;
  - 3) Занков Л.В.;
  - 4) Коменский Я.А.
14. Вид обучения, при котором преподаватель не сообщает знаний в готовом виде, а ставит вопросы, предлагая искать пути и средства их решения, называется:
- 1) программированным обучением;
  - 2) репродуктивным обучением;
  - 3) проблемным обучением;
  - 4) традиционным обучением.
15. Беспалько В.П. определял педагогическую технологию как:
- 1) составную процессуальную часть дидактической системы;
  - 2) описание процесса достижения планируемых результатов обучения;

3) системную совокупность и порядок функционирования всех личностных, инструментальных и методологических средств, используемых для достижения педагогических целей;

4) содержательную технику реализации учебного процесса.

Тестовые задания к экзамену Ниже представлены **\*\*два варианта\*\*** экзаменационных тестов по дисциплине **\*\*«Образовательные технологии в физической культуре и спорте»\*\*** (бакалавриат, педагогическое образование).

Каждый вариант содержит **\*\*30 заданий\*\*** с **\*\*нарастающим уровнем сложности\*\***:

- **\*\*1–10\*\*** — базовый уровень (знание определений, классификаций)
- **\*\*11–20\*\*** — уровень понимания и применения (анализ ситуаций, сравнение технологий)
- **\*\*21–25\*\*** — задания открытого типа (дописать, назвать, перечислить)
- **\*\*26–30\*\*** — педагогические кейсы (мини-ситуации с развернутым ответом)

---

#

## 5.2. Темы письменных работ

## 5.3. Фонд оценочных средств

Вопросы к экзамену

1. Охарактеризуйте значение и качества современных технологий образования в педагогическом процессе школы.
2. Определите границы понятий: современные образовательные технологии; современные технологии обучения; современные технологии воспитания. Отличие и сходства методики и технологий.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
4. Охарактеризуйте базисный и рабочий учебный план. Правила педагогического проектирования федерального и школьного компонента рабочего учебного плана, графика учебного процесса.
5. Примерная учебная программа. Правила проектирования рабочей учебной программы, на примере дисциплины «физическая культура».
6. Технология педагогического проектирования образовательного процесса, на примере физической культуры (учебный план, программа, урок).
7. Требования к учебно-программной и методической документации учителя.
8. Охарактеризовать проективные технологии обучения, на примере физической культуры.
9. Технологические требования и критерии эффективности современного урока на примере физической культуры.
10. Охарактеризуйте требования к традиционному уроку и сравните их с уроком, спроектированным в рамках федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.
11. Требования к педагогическому проектированию целей и задач, итогов в образовательном процессе школы.
12. Личностно-ориентированные технологии обучения: характеристики, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
13. Технология дифференцированного обучения: характеристика, примеры использования на уроках физической культуры.
14. Технология полного усвоения знаний: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
15. Технология проблемного обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
16. Технология развивающего обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
17. Взаимосвязь методов обучения и воспитания с современными образовательными технологиями.
18. Технология традиционного обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
19. Технология программированного обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
20. Технология интерактивного обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
21. Коллективная технология обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
22. Кооперативная технология обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
23. Здоровьесберегающие технологии обучения: характеристика, виды, значение, проблемы внедрения в образовательный процесс школы.
24. Индивидуальное обучение: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
25. Модульно-рейтинговая технология обучения: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
26. Технология портфолио: характеристика, значение, проблемы внедрения в образовательный процесс школы.
27. Технология схем и знаковых моделей В.Ф. Шаталова: характеристика, виды, цели, контингент, результаты, примеры использования при обучении по физической культуре.
28. Информационные технологии обучения физической культуры: краткий обзор видов технологий, значение, результаты.

29. Технологии инклюзивного образования в современном образовательном процессе школы.
30. Технологии развития критического мышления: характеристика, примеры использования элементов технологии на уроках физической культуры.
31. Технологии обучения в сотрудничестве: характеристика, примеры использования элементов технологии на уроках физической культуры.
32. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии развивающего обучения.
33. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии полного усвоения знаний.
34. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии проблемного обучения.
35. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии личностно-ориентированного обучения.
36. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии традиционного обучения.
37. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии игрового обучения.
38. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии проектного обучения.
39. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии дифференцированного обучения.
40. Разработайте план-схему урока по физической культуре с использованием технологии программированного обучения.
41. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии проективного обучения.
42. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии интерактивного обучения.
43. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии кооперативного обучения.
44. Разработайте план-схему урока по физической культуре в технологии коллективного способа обучения.

Вариант 1

## Закрытые вопросы (1–20)

**\*\*1. Образовательная технология в ФКиС — это:\*\***

- a) совокупность упражнений для урока
- b) системный метод проектирования, реализации и оценивания процесса обучения
- c) список обязательных тем
- d) форма проведения соревнований

**\*\*2. К активным методам обучения относится:\*\***

- a) лекция-монолог
- b) чтение учебника
- c) дискуссия
- d) просмотр видео

**\*\*3. Какой принцип лежит в основе технологии проблемного обучения?\***

- a) принцип наглядности
- b) принцип сознательности и активности
- c) принцип доступности
- d) принцип цикличности

**\*\*4. Технология «перевернутый класс» предполагает:\*\***

- a) изучение нового материала дома, а закрепление — на занятии
- b) смену учителя и ученика ролями
- c) обучение только на улице
- d) отказ от домашних заданий

**\*\*5. К игровым технологиям в спорте относится:\*\***

- a) метод круговой тренировки
- b) метод соревновательно-игровой
- c) объяснительно-иллюстративный метод
- d) метод контрольных нормативов

**\*\*6. Что является основным признаком модульной технологии?\***

- a) деление содержания на автономные блоки (модули)
- b) строгая лекционная форма
- c) отсутствие контроля
- d) ежедневное тестирование

**\*\*7. К информационно-коммуникационным технологиям (ИКТ) в ФКиС не относится:\*\***

- a) видеоанализ техники движений
- b) пульсометрия в реальном времени
- c) бег без разминки
- d) мобильное приложение с планом тренировок

**\*\*8. Технология уровневой дифференциации предполагает:\*\***

- a) одинаковые задания для всех

- b) деление студентов на группы по уровню подготовленности
- c) соревнования без правил
- d) только теоретические занятия

**\*\*9. Личностно-ориентированная технология направлена прежде всего на:\*\***

- a) выполнение норматива любым способом
- b) развитие индивидуальности и субъектного опыта ученика
- c) унификацию подготовки
- d) экономию времени преподавателя

**\*\*10. Технология «дебаты» относится к:\*\***

- a) интерактивным технологиям
- b) репродуктивным
- c) информационно-рецептивным
- d) только контрольным

**\*\*11. Какой метод соответствует кейс-технологии?\***

- a) разбор реальной педагогической ситуации
- b) фронтальный опрос
- c) бег на выносливость
- d) выполнение упражнения по образцу

**\*\*12. При использовании технологии полного усвоения знаний студент:\*\***

- a) осваивает материал до достижения заданного эталона (например, 85% правильных ответов)
- b) сдает экзамен один раз
- c) освобождается от практики
- d) работает только в паре

**\*\*13. Технология проектного обучения в спорте наиболее эффективна для:\*\***

- a) отработки удара в волейболе
- b) создания группового проекта «Оздоровительная программа для школьников»
- c) сдачи норм ГТО
- d) ежедневной утренней зарядки

**\*\*14. Принцип обратной связи в образовательных технологиях реализуется через:\*\***

- a) только итоговый экзамен
- b) текущий мониторинг (опросы, тесты, дневники самонаблюдения)
- c) запрет на вопросы
- d) только зачет

**\*\*15. Инклюзивные образовательные технологии в ФКиС требуют:\*\***

- a) адаптации заданий для лиц с ОВЗ
- b) исключения таких лиц из занятий
- c) снижения требований ко всем
- d) только теоретических занятий

**\*\*16. Модерация как технология управления группой предполагает:\*\***

- a) жесткое командное руководство
- b) фасилитацию, структурирование обсуждения
- c) полное молчание преподавателя
- d) замену всех упражнений тестами

**\*\*17. К технологиям здоровьесбережения в ФКиС относится:\*\***

- a) учет биоритмов и дозирование нагрузки
- b) увеличение продолжительности занятия до 3 часов
- c) запрет на разминку
- d) только соревнования

**\*\*18. Что означает персонализированная образовательная технология?\***

- a) индивидуальная траектория обучения (в том числе через цифровую платформу)
- b) обучение всех по одной программе
- c) отсутствие преподавателя
- d) только лекции

**\*\*19. Геймификация в спортивном образовании — это:\*\***

- a) применение игровых элементов (очки, бонусы, уровни) в неигровом контексте
- b) проведение компьютерных игр
- c) замена тренировки настольными играми

d) полный отказ от нагрузки

**\*\*20. SMART-технологии в ФКиС позволяют:\*\***

- a) автоматически снимать и анализировать биомеханику движений
- b) отменить уроки
- c) не использовать мячи
- d) только записывать лекции

**## Открытые вопросы (21–25)**

**\*\*21. Назовите три признака, отличающие «образовательную технологию» от «методики».\*\***

**\*\*22. Перечислите не менее трех этапов технологии «полного усвоения знаний» при обучении двигательному действию.\*\***

**\*\*23. Какие два основных требования предъявляются к организации «перевернутого класса» по физической культуре (в части домашней работы)?\*\***

**\*\*24. Дайте определение: «Коучинговый подход в физическом воспитании» (1–2 предложения).\*\***

**\*\*25. Запишите формулу расчета индивидуального тренировочного пульса (по Карвонену), которую можно использовать в образовательном процессе для контроля нагрузки.\*\***

**## Кейсы (26–30)**

**\*\*Кейс 26.\*\***

**\*Ситуация:\*** Группа из 25 человек, уровень физической подготовленности сильно различается (от новичков до разрядников).

**\*Задание:\*** Какую образовательную технологию вы выберете и почему? Предложите 2–3 конкретных приема.

**\*\*Кейс 27.\*\***

**\*Ситуация:\*** Студент постоянно отвлекается, мешает другим, но при этом демонстрирует высокий интерес к игровым заданиям.

**\*Задание:\*** Спроектируйте использование элемента геймификации для включения этого студента в работу на уроке легкой атлетики.

**\*\*Кейс 28.\*\***

**\*Ситуация:\*** На занятии по гимнастике нужно обучить группу кувырку вперед. Трое студентов боятся выполнять упражнение.

**\*Задание:\*** Предложите технологию (или комбинацию технологий), которая позволит снять страх и добиться усвоения двигательного действия каждым.

**\*\*Кейс 29.\*\***

**\*Ситуация:\*** У вас есть возможность использовать планшеты с видеоаналитикой и пульсометры.

**\*Задание:\*** Разработайте фрагмент урока (5 мин) с применением ИКТ для обучения технике приема мяча в волейболе. Опишите действия преподавателя и учеников.

**\*\*Кейс 30.\*\***

**\*Ситуация:\*** После модуля по теории физической культуры вы заметили, что студенты формально заучивают определения, но не могут применить их на практике.

**\*Задание:\*** Выберите образовательную технологию, направленную на развитие прикладного мышления, и обоснуйте ее выбор. Напишите план одного занятия (тема: «Способы регулирования нагрузки»).

---

**# Вариант 2**

**## Закрытые вопросы (1–20)**

**\*\*1. По определению ЮНЕСКО, образовательная технология — это:\*\***

- a) системный метод создания, применения и определения процесса преподавания и усвоения знаний
- b) перечень упражнений
- c) расписание занятий
- d) спортивная форма

**\*\*2. Интерактивная технология основана на:\*\***

- a) взаимодействии всех участников образовательного процесса
- b) монологе преподавателя
- c) индивидуальной работе без обсуждения

d) только письменных заданиях

**\*\*3. Какая технология оптимальна для формирования навыков командной работы в спортивной игре?\*\*\***

- a) лекция
- b) соревновательно-игровая + проблемные ситуации
- c) репродуктивная технология
- d) дистанционная лекция

**\*\*4. Технология «критического мышления» включает этап:\*\***

- a) вызов — осмысление — рефлексия
- b) только запоминание
- c) выполнение норматива
- d) бег на дистанцию

**\*\*5. Кейс-стади (case study) в ФКиС предполагает:\*\***

- a) анализ конкретной педагогической ситуации с выработкой решения
- b) кроссфит
- c) сдачу нормативов
- d) упражнения на гибкость

**\*\*6. В технологии «обучение в сотрудничестве» (cooperative learning) студенты:\*\***

- a) соревнуются друг с другом за оценку
- b) работают в малых группах для достижения общей цели
- c) не взаимодействуют
- d) только слушают преподавателя

**\*\*7. Цифровые следы (data-driven подход) в ФКиС позволяют:\*\***

- a) персонализировать нагрузку на основе данных ЧСС, скорости, количества повторений
- b) отменить занятия
- c) проводить только теоретические тесты
- d) ничего не позволяют

**\*\*8. Технология «портфолио» выполняет функцию:\*\***

- a) накопительной оценки и рефлексии достижений
- b) только развлечения
- c) замены экзамена без критериев
- d) хранения одной работы

**\*\*9. Технология «мастерская» (workshop) в спортивной педагогике — это:\*\***

- a) интенсивная практическая сессия с обратной связью
- b) ремонт инвентаря
- c) теоретическая лекция
- d) соревнование

**\*\*10. Тьюторское сопровождение в образовательных технологиях ФКиС предполагает:\*\***

- a) построение индивидуального образовательного маршрута студента
- b) массовую тренировку по шаблону
- c) замену преподавателя
- d) только контроль

**\*\*11. К рефлексивным технологиям относят:\*\***

- a) ведение дневника самонаблюдения, обсуждение «что получилось — что нет»
- b) бег на 100 метров
- c) прыжки в длину
- d) сдачу норматива без анализа

**\*\*12. Технология формирования двигательного действия по этапам (П.Я. Гальперин) опирается на:\*\***

- a) ориентировочную основу действия
- b) интуицию
- c) только повторение без осмысления
- d) просмотр видео без практики

**\*\*13. Какая технология минимизирует риск травматизма на занятии?\*\*\***

- a) здоровьесберегающая (дозирование + страховка + разминка)
- b) соревновательная без правил
- c) метод максимальных усилий
- d) отсутствие контроля

**\*\*14. Эдьютеймент (edutainment) в ФКиС — это:\*\***

- a) обучение через развлечение (например, квесты, видео-челленджи)
- b) строгая академическая лекция
- c) запрет на игры
- d) только тестирование

**\*\*15. Технология «малых групп» эффективна для:\*\***

- a) развития коммуникативных навыков и взаимопомощи
- b) изоляции студентов
- c) индивидуального зачета без взаимодействия
- d) соревнования один на один

**\*\*16. Образовательный квест в спортивном зале предполагает:\*\***

- a) последовательное выполнение заданий на станциях с поиском информации/решений
- b) свободное времяпрепровождение
- c) полное отсутствие заданий
- d) только теоретический опрос

**\*\*17. Блендинг (blended learning) — это:\*\***

- a) сочетание очных занятий и онлайн-компонента
- b) только очные занятия
- c) только дистант
- d) замена спорта чтением книг

**\*\*18. Технология «ровеснического обучения» (peer teaching) в спорте:\*\***

- a) студенты обучают друг друга под контролем преподавателя
- b) преподаватель не нужен
- c) все делают одно и то же
- d) только соревнования

**\*\*19. Ассессмент-центр как оценочная технология в ФКиС:\*\***

- a) комплекс ситуационных заданий для оценки компетенций
- b) один тест
- c) устный ответ без критериев
- d) только прыжок в длину

**\*\*20. Технология «временных ограничений» (тайминг) развивает:\*\***

- a) способность действовать в условиях дефицита времени
- b) медлительность
- c) избегание решений
- d) только теоретические знания

**## Открытые вопросы (21–25)**

**\*\*21. Перечислите не менее трех отличий традиционной методики от проектной технологии в физическом воспитании.\*\***

**\*\*22. Назовите два условия, при которых технология «перевернутый класс» в ФКиС даст результат выше среднего.\*\***

**\*\*23. Дайте определение: «Технология развития самоконтроля у занимающихся физической культурой» (кратко, 1 предложение).\*\***

**\*\*24. Предложите три способа использования смартфона как образовательного инструмента на занятии по спортивным играм (без вреда для дисциплины).\*\***

**\*\*25. Запишите формулу или алгоритм расчета индекса нагрузки (RPE, шкала Борга) и объясните, как использовать его в учебном процессе.\*\***

**## Кейсы (26–30)**

**\*\*Кейс 26.\*\***

**\*Ситуация:** Занятие по лыжной подготовке проходит в холодную погоду. Несколько студентов не хотят двигаться активно, жалуются на холод.

**\*Задание:** Спроектируйте применение игровой или соревновательной технологии для повышения плотности занятия и интереса. Опишите правила игры.

**\*\*Кейс 27.\*\***

**\*Ситуация:** Группа студентов-бакалавров очень слабая, многие имеют медицинские справки об освобождении, но присутствуют на занятиях.

\*Задание:\* Предложите технологию индивидуализации / дифференциации. Распишите для них варианты заданий на уроке по развитию общей выносливости.

**\*\*Кейс 28.\*\***

\*Ситуация:\* У вас есть 15 минут, чтобы донести до студентов важность разминки и техники безопасности, но вы не хотите читать лекцию.

\*Задание:\* Используйте технологию проблемного обучения. Опишите проблемную ситуацию, вопросы к группе и ожидаемый вывод.

**\*\*Кейс 29.\*\***

\*Ситуация:\* Студенты-практиканты должны научиться анализировать ошибки в технике бега. Оборудование — только смартфон с функцией slow-motion.

\*Задание:\* Предложите технологию видеоанализа с обратной связью. Опишите алгоритм: запись → просмотр → обсуждение → повтор.

**\*\*Кейс 30.\*\***

\*Ситуация:\* Экзамен. Студент отлично отвечает на теорию, но на практике демонстрирует высокий уровень тревожности и «плывет» в технике.

\*Задание:\* Разработайте оценочную технологию (альтернативную традиционному нормативу), которая позволит ему подтвердить компетенцию. Обоснуйте выбор.

---

Рекомендации по проверке (для преподавателя)

Уровень	Типы заданий	Балл (предложено)
Базовый (1–10)	закрытые	1 балл за верный
Понимание (11–20)	закрытые	2 балла
Открытые (21–25)	краткий ответ	3 балла
Кейсы (26–30)	развернутое решение	5 баллов

**\*\*Максимум за вариант:\*\***

$10 \times 1 + 10 \times 2 + 5 \times 3 + 5 \times 5 = 10 + 20 + 15 + 25 = \mathbf{70}$  баллов

**\*\*Шкала перевода:\*\***

- 63–70 — «отлично»
- 50–62 — «хорошо»
- 35–49 — «удовлетворительно»
- <35 — «неудовлетворительно»

--Ниже представлены **\*\*эталоны ответов\*\*** для Варианта 1 и Варианта 2 отдельно.

Формат:

- **\*\*1–20\*\*** → буква правильного ответа.

- **\*\*21–25\*\*** → модельный ответ (краткий, но полный для оценки).

- **\*\*26–30\*\*** (кейсы) → описание логики и критерии оценки (развернутый ответ студента должен содержать ключевые тезисы).

---

# Вариант 1 — Эталоны ответов

## Закрытые вопросы (1–20)

1. **\*\*b\*\***
2. **\*\*c\*\***
3. **\*\*b\*\***
4. **\*\*a\*\***
5. **\*\*b\*\***
6. **\*\*a\*\***
7. **\*\*c\*\***
8. **\*\*b\*\***
9. **\*\*b\*\***
10. **\*\*a\*\***
11. **\*\*a\*\***
12. **\*\*a\*\***
13. **\*\*b\*\***

14. \*\*b\*\*  
 15. \*\*a\*\*  
 16. \*\*b\*\*  
 17. \*\*a\*\*  
 18. \*\*a\*\*  
 19. \*\*a\*\*  
 20. \*\*a\*\*

---

### ## Открытые вопросы (21–25)

**\*\*21. Назовите три признака, отличающие «образовательную технологию» от «методики».**

**\*\*Модельный ответ:\*\***

- 1) Технология предполагает гарантированное достижение результата (воспроизводимость).
- 2) Технология имеет жесткую структуру (алгоритм, этапы, диагностируемую цель).
- 3) Технология опирается на теорию (например, теорию поэтапного формирования действий), а методика — чаще на опыт.

**\*\*Допустимые синонимы:\*\*** воспроизводимость, алгоритмичность, диагностичность цели, обратная связь.

---

**\*\*22. Перечислите не менее трех этапов технологии «полного усвоения знаний» при обучении двигательному действию.**

**\*\*Модельный ответ:\*\***

- 1) Ориентировочный этап (показ, объяснение, создание представления).
- 2) Этап разучивания (многократное выполнение, коррекция ошибок).
- 3) Этап закрепления и совершенствования (до достижения эталонного критерия, например, 80% правильных попыток).

**\*Можно добавить:** этап контроля и коррекции.

---

**\*\*23. Какие два основных требования предъявляются к организации «перевернутого класса» по физической культуре (в части домашней работы)?**

**\*\*Модельный ответ:\*\***

- 1) Домашняя работа должна быть практико-ориентированной и безопасной (не требующей специального оборудования/страховки).
- 2) На занятии обязательно наличие обратной связи по домашней работе и практическая отработка без введения нового сложного материала.

---

**\*\*24. Дайте определение: «Коучинговый подход в физическом воспитании» (1–2 предложения).**

**\*\*Модельный ответ:\*\***

Коучинговый подход — это технология, при которой преподаватель не дает готовых решений, а через вопросы, поддержку и создание осознанности помогает студенту самостоятельно найти пути достижения образовательных и двигательных целей.

**\*\*Ключевые слова:\*\*** вопросы, осознанность, самостоятельность, цель.

---

**\*\*25. Запишите формулу расчета индивидуального тренировочного пульса (по Карвонену), которую можно использовать в образовательном процессе для контроля нагрузки.**

**\*\*Модельный ответ:\*\***

$ЧССтренировочная = ЧССпокоя + k \times (ЧССмакс - ЧССпокоя)$ ,

где  $k$  — интенсивность (0,5–0,8).

Или упрощенно:  $ЧССтр = (220 - \text{возраст} - ЧССпокоя) \times k + ЧССпокоя$ .

**\*Пример:** студент 20 лет,  $ЧССпокоя$  70,  $k=0,7 \rightarrow ЧССтр = (220 - 20 - 70) \times 0,7 + 70 = (130) \times 0,7 + 70 = 161$  уд/мин.

---

### ## Кейсы (26–30) — модельные решения

**\*\*Кейс 26\*\*** (разноуровневая группа)**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Выбрать **\*\*технологии уровневой дифференциации\*\*** + круговую тренировку с разными вариантами нагрузки.
- Приемы:
  - 1) Станции с тремя уровнями сложности (красный/синий/зеленый).
  - 2) Индивидуальные задания на карточках.
  - 3) Коэффициент сложности в оценке (например, норматив + поправка).
- **\*\*Критерий:\*\*** обоснован выбор технологии.

**\*\*Кейс 27\*\*** (отвлекающийся студент, интерес к игре)**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Использовать элемент **\*\*геймификации\*\***: система очков за дисциплину, «бонусный уровень» в конце урока, роль капитана мини-команды.
- Пример: Легкая атлетика — студент получает жетон за каждый правильно выполненный старт; три жетона = право на «супер-бросок» в конце.
- **\*\*Ключевое:\*\*** игровая механика направлена на нужное поведение.

**\*\*Кейс 28\*\*** (страх кувырка)**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- **\*\*Технология:\*\*** поэтапное формирование действий (Гальперин) + здоровьесберегающие приемы.
- Конкретно:
  - 1) Ориентировочная основа — кувырок через наклонную плоскость (горка матов).
  - 2) Снижение страха — выполнение с помощью, страховка, подводящие упражнения (перекаты, «березка»).
  - 3) Материализованная форма — с опорой на фишки/ориентиры.
- **\*\*Критерий:\*\*** учтена психологическая составляющая.

**\*\*Кейс 29\*\*** (планшеты, видеоаналитика, пульсометры)**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

Фрагмент 5 минут:

- 1) 1 мин — объяснение: «снимаем прием мяча в волейболе в slow-mo».
  - 2) 2 мин — выполнение приема по одному разу, запись на планшет.
  - 3) 2 мин — анализ в парах (сравнение с эталоном), преподаватель корректирует. Пульсометры: контроль восстановления между подходами (ЧСС < 120).
- **\*\*Ключевое:\*\*** технология ИКТ используется для формирования навыка, а не вместо движения.

**\*\*Кейс 30\*\*** (формальное знание — нет применения)**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Выбрать **\*\*проектную технологию\*\*** или **\*\*кейс-технологию\*\***.
- План занятия (тема «Способы регулирования нагрузки»):
  - 1) 5 мин — разбор кейса: «Студент во время бега задыхается. Что изменить?»
  - 2) 10 мин — групповая работа: подобрать способ регулирования (ЧСС, RPE, метод «разговора»).
  - 3) 5 мин — апробация в мини-тренировке.
  - 4) 5 мин — рефлексия: какой способ оказался понятнее.
- **\*\*Обоснование:\*\*** формирует прикладное мышление через решение реальной задачи.

## # Вариант 2 — Эталоны ответов

## ## Закрытые вопросы (1–20)

1. **\*\*а\*\***
2. **\*\*а\*\***
3. **\*\*б\*\***
4. **\*\*а\*\***
5. **\*\*а\*\***
6. **\*\*б\*\***
7. **\*\*а\*\***
8. **\*\*а\*\***
9. **\*\*а\*\***

10. \*\*a\*\*
11. \*\*a\*\*
12. \*\*a\*\*
13. \*\*a\*\*
14. \*\*a\*\*
15. \*\*a\*\*
16. \*\*a\*\*
17. \*\*a\*\*
18. \*\*a\*\*
19. \*\*a\*\*
20. \*\*a\*\*

---

### ## Открытые вопросы (21–25)

**\*\*21. Перечислите не менее трех отличий традиционной методики от проектной технологии в физическом воспитании.\*\***

**\*\*Модельный ответ:\*\***

- 1) Традиционная методика: цель = освоить действие / норматив; проект: цель = создать продукт (программа, эстафета, событие).
- 2) Традиционная: преподаватель — транслятор; проект: преподаватель — тьютор/консультант.
- 3) Традиционная: результат предопределен; проект: допускает вариативность результатов.

---

**\*\*22. Назовите два условия, при которых технология «перевернутый класс» в ФКиС даст результат выше среднего.\*\***

**\*\*Модельный ответ:\*\***

- 1) Студенты имеют доступ к качественному видеоматериалу (короткие ролики с правильной техникой).
- 2) Очное занятие строится не как повторение видео, а как решение двигательных задач и взаимоконтроль.

---

**\*\*23. Дайте определение: «Технология развития самоконтроля у занимающихся физической культурой».**

**\*\*Модельный ответ:\*\***

Это система методов и приемов (ведение дневника, использование шкал оценки самочувствия, ЧСС, тесты Купера), позволяющая студенту самостоятельно оценивать нагрузку, технику и состояние здоровья и корректировать занятия.

---

**\*\*24. Предложите три способа использования смартфона как образовательного инструмента на занятии по спортивным играм.\*\***

**\*\*Модельный ответ:\*\***

- 1) Видеосъемка технического элемента (подача в волейболе) с последующим анализом в паре.
- 2) Использование секундомера / таймера на телефоне для контроля интервалов.
- 3) QR-код с заданием или схемой тактики, размещенный в зале.

---

**\*\*25. Запишите формулу или алгоритм расчета индекса нагрузки (RPE, шкала Борга) и объясните, как использовать его в учебном процессе.\*\***

**\*\*Модельный ответ:\*\***

Шкала RPE Борга (6–20): 6 — без нагрузки, 20 — максимально.

Алгоритм: после упражнения студент называет число, соответствующее восприятию усилия.

Использование: умножение RPE на длительность (мин) → нагрузочный индекс. В учебном процессе — для подбора индивидуальной нагрузки и обучения осознанности.

---

### ## Кейсы (26–30) — модельные решения

**\*\*Кейс 26\*\* (холод, лыжи, пассивные студенты)**

**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Игровая технология: «Лыжный патруль» — на каждом круге задание (подобрать варежку, эстафетная палочка, ответить на

вопрос на контрольном пункте).

- Соревновательный элемент: кто выполнил больше заданий за 15 мин = получает право на «горячий чай» (имитация).

- **\*\*Ключевое:\*\*** повышение плотности и мотивации.

---

**\*\*Кейс 27\*\*** (слабая группа, освобожденные, выносливость)

**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Технология уровневой дифференциации + круговой тренировки.

- Три варианта:

1) Ходьба + легкий бег + контроль ЧСС.

2) Скандинавская ходьба.

3) Работа на велотренажере (если есть) или дозированная ходьба по «коридору пульса» 110–130 уд/мин.

- Для освобожденных: задания на статику / дыхание / подвижность.

---

**\*\*Кейс 28\*\*** (разминка без лекции)

**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Проблемное обучение: «Андрей не сделал разминку, на 5-й минуте почувствовал боль в голеностопе. Почему?»

- Вопросы: «Что мы теряем без разминки?», «Какой механизм травмы?».

- Вывод группы: разминка нужна для повышения эластичности связок, кровотока и внимания.

---

**\*\*Кейс 29\*\*** (анализ бега через смартфон)

**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Технология видеоанализа с обратной связью:

1) Запись бега (2 попытки).

2) Просмотр в slow-motion по парам, сравнение с эталонной моделью (скриншоты).

3) Вербализация ошибок.

4) Повторный бег с концентрацией на 1–2 ошибках.

5) Мини-рефлексия.

---

**\*\*Кейс 30\*\*** (теория — отлично, практика — тревожность)

**\*\*Ожидаемый ответ:\*\***

- Альтернативная оценочная технология: портфолио навыка или ступенчатый зачет.

- Формат: студент демонстрирует элемент не на оценку, а на «зачтено / доработка»; количество попыток не ограничено.

- Обоснование: снижает тревожность, фиксирует сам прогресс (сравнение видео на старте и через 2 недели).

- Дополнительно: использование шкалы самооэффективности (от 1 до 10) до и после выполнения.

---

#### 5.4. Перечень видов оценочных средств

вопросы, тестовые задания, кейсы

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Цибульников В. Е.	Образовательные системы и педагогические технологии: учебно-методический комплекс дисциплины: учебно-методический комплекс	Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016
Л1.2	Плаксина И. В.	Интерактивные образовательные технологии: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2022
Л1.3	Суртаева Н. Н.	Педагогические технологии: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2022
Л1.4	Попова С. Ю., Пронина Е. В.	Современные образовательные технологии. Кейс-стади: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2022

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.5	Рыбцова Л. Л., Дудина М. Н., Гречухина Т. И., Вершинина Т. С., Усачева А. В., Вороткова И. Ю.	Современные образовательные технологии: учебное пособие	Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2014

### 6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Для освоения дисциплины необходим компьютер с графической операционной системой, офисным пакетом приложений, интернет-браузером, программой для чтения PDF-файлов, программой для просмотра изображений и видеофайлов и программой для работы с архивами.

### 6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
3. Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: [e.lanbook.com](http://e.lanbook.com). Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
4. Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
5. ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.

## 7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические рекомендации по освоению дисциплины

Самостоятельная работа студентов является важной составляющей организации учебного процесса по изучению дисциплины «Образовательные технологии физической культуры и спорттехнологии обучения»

Самостоятельная работа по дисциплине проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся;
- формирования самостоятельности;
- развития исследовательских умений.

В учебном процессе высшего учебного заведения выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная. Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом.

Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине включает такие формы работы, как:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);
- изучение рекомендуемых литературных источников;
- конспектирование источников;
- подготовка материалов для анализа ситуаций;
- разработка вопросов к дискуссии;
- работа со словарями и справочниками;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;
- составление плана и тезисов ответа на семинарском занятии;
- составление схем, таблиц для систематизации учебного материала;
- решение кейсов и ситуационных задач;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, докладов;
- подготовка к зачету.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента-бакалавра являются:

- уровень освоения учебного материала,
- умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач,

- полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа,
  - обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос,
  - оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.
- Бакалаврам рекомендуется обязательное использование при подготовке дополнительной литературы, которая поможет успешнее и быстрее разобраться в поставленных вопросах и задачах.

методические указания для экзамена

Ниже представлены **\*\*две упаковки\*\*** на выбор:

- 1) **\*\*Таблицы эталонов для быстрой проверки\*\*** (удобно преподавателю при проверке)
- 2) **\*\*Экзаменационный протокол (матрица ответов)\*\*** – готовый бланк для проведения экзамена.

---

## # 1. ТАБЛИЦЫ ЭТАЛОНОВ ДЛЯ БЫСТРОЙ ПРОВЕРКИ

### ## Вариант 1 – таблица эталонов

#### ### Закрытые вопросы (1–20)

№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ
1	b	6	a	11	a	16	b
2	c	7	c	12	a	17	a
3	b	8	b	13	b	18	a
4	a	9	b	14	b	19	a
5	b	10	a	15	a	20	a

#### ### Открытые вопросы (21–25) – критерии

№	Ключевые элементы ответа (за каждый – балл)	Мах балл
21	(1) гарантированность/воспроизводимость; (2) алгоритмичность/структура; (3) диагностичность цели	3
22	(1) ориентировочный; (2) разучивания; (3) закрепления/совершенствования	3
23	(1) домашняя работа – практико-ориентированная и безопасная; (2) на занятии – обратная связь + отработка	3
24	ключевые слова: «вопросы», «осознанность», «самостоятельный поиск цели»	3
25	формула ЧСС <sub>тр</sub> = (220–возраст–ЧСС <sub>покоя</sub> )×k + ЧСС <sub>покоя</sub> ; пример	3

#### ### Кейсы (26–30) – критерии

№	Ключевые элементы ответа (за каждый – балл)	Мах балл
26	(1) выбор технологии уровневой дифференциации; (2) приемы: станции разного уровня / карточки; (3) обоснование	5
27	(1) элемент геймификации; (2) конкретный пример (очки/жетоны/роль); (3) связь с нужным поведением	5
28	(1) технология Гальперина / поэтапное формирование; (2) подводящие упражнения + страховка; (3) психологический аспект	5
29	(1) ИКТ: видео + пульсометры; (2) алгоритм: запись → анализ → повтор; (3) не вместо движения	5
30	(1) проектная/кейс-технология; (2) план занятия: кейс → группа → апробация → рефлексия; (3) обоснование	5

**\*\*Итого максимум за вариант 1: 20 + 15 + 25 = 70 баллов\*\***

---

### ## Вариант 2 – таблица эталонов

#### ### Закрытые вопросы (1–20)

№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ
1	a	6	b	11	a	16	a
2	a	7	a	12	a	17	a
3	b	8	a	13	a	18	a
4	a	9	a	14	a	19	a
5	a	10	a	15	a	20	a

\*Примечание: в варианте 2 с 8 по 20 вопросы имеют ответ **\*\*а\*\*** (специальная конструкция для ускоренной проверки).\*

### ### Открытые вопросы (21–25) – критерии

№	Ключевые элементы ответа (за каждый – балл)	Мах балл
21	(1) цель: норматив vs продукт; (2) роль преподавателя: транслятор vs тьютор; (3) результат predetermined vs вариативен	3
22	(1) доступ к качественному видео; (2) очное занятие – решение задач / взаимоконтроль	3
23	ключевые слова: «самооценка», «дневник», «шкалы», «коррекция нагрузки»	3
24	(1) видеосъемка/анализ; (2) секундомер/таймер; (3) QR-код с заданием	3
25	(1) шкала Борга 6–20; (2) алгоритм расчёта; (3) применение в учебном процессе	3

### ### Кейсы (26–30) – критерии

№	Ключевые элементы ответа (за каждый – балл)	Мах балл
26	(1) игровая/соревновательная технология; (2) конкретная игра («Лыжный патруль»); (3) повышение плотности	5
27	(1) уровневая дифференциация; (2) три варианта нагрузки; (3) учёт освобождённых	5
28	(1) проблемное обучение; (2) проблемная ситуация; (3) вопросы к группе + вывод	5
29	(1) технология видеонализа; (2) алгоритм: запись → просмотр → обсуждение → повтор; (3) slow-motion	5
30	(1) альтернативная технология: портфолио / ступенчатый зачет; (2) снижение тревожности; (3) сравнение прогресса	5

**\*\*Итого максимум за вариант 2: 20 + 15 + 25 = 70 баллов\*\***

---

Приложение: матрица быстрой проверки для преподавателя (шпаргалка)

#### ### Вариант 1

\*\*1–5:\*\* b c b a b  
 \*\*6–10:\*\* a c b b a  
 \*\*11–15:\*\* a a b b a  
 \*\*16–20:\*\* b a a a a

#### ### Вариант 2

\*\*1–5:\*\* a a b a a  
 \*\*6–10:\*\* b a a a a  
 \*\*11–15:\*\* a a a a a  
 \*\*16–20:\*\* a a a a a

---