

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**

**ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОБЩАЯ ТЕОРИЯ СПОРТА  
И ЕЕ ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ**

*Направление: 49.03.01 – «Физическая культура»*

*Направленность (профиль) образовательной программы – «Спортивная тренировка»*

*Красноярск 2018*

Рабочая программа составлена к.п.н., доцентом Е.Д. Чупровой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании  
кафедры теории и методики борьбы  
протокол № 11 от 18.05.2018 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы  
д.п.н., профессор, академик РАО



Д.Г. Миндиашвили

Одобрено на заседании Научно-методического  
совета направления подготовки  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 9 от 25.05.2018 г.

Председатель совета  
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Общая теория спорта и ее прикладные аспекты является профилирующей учебной дисциплиной, формирующей систему фундаментальных знаний, которая определяет профессиональную деятельность в области физической культуры и спорта.

Общая теория спорта и ее прикладные аспекты относится к категории педагогических наук, так как она связана с процессами образования, обучения и воспитания человека в интересах общества. Она изучает физическую культуру как особый, специфический вид культуры общества, сложную область социально необходимой деятельности, имеющую множество взаимосвязей с другими явлениями и сторонами социальной жизни общества.

Общая теория спорта и ее прикладные аспекты представляет собой систему научных знаний о сущности физической культуры, общих закономерностях ее функционирования и направленного использования с целью всестороннего гармоничного развития людей. Она строится на понимании закономерностей физического развития человека и на современных методологических основах истории и теории культуры общества, широко используя информацию из области таких наук, как психология, биомеханика, биохимия, физиология и т.д.

Рабочая программа дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты» разработана согласно ФГОС ВО по направлению 49.03.01 – Физическая культура, Направленность (профиль) образовательной программы: Спортивная тренировка.

Дисциплина «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты» находится в вариативной части блоку 1 «Дисциплины» учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, реализуется на 2 и 3 курсах.

### 1.2. Трудоемкость дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

Объем дисциплины	Часов / ЗЕТ	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр
Общая трудоемкость дисциплины «Теория и методика физической культуры»	360/10	72/2	72/2	72/2	72/2
Контактная работа с преподавателем (всего)	144	36	36	36	36
в том числе:					
лекции	72	18	18	18	18
практические занятия	72	18	18	18	18
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	144	36	36	36	36
Вид промежуточной аттестации	72	—	экзамен		экзамен

### 1.3. Цели освоения дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

#### Основные цели обучения дисциплине:

1. Овладение теоретическими знаниями и практическими навыками использования средств, методов, целесообразных форм и принципов проведения занятий по физической культуре.
2. Обеспечение глубокого теоретического осмысления основ физической культуры, а также привитие студентам умения практической реализации основных его положений.
3. Овладение компетенциями, обеспечивающими готовность студентов успешно сдать экзамен по дисциплине «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты».

### 1.4. Планируемые результаты обучения по дисциплине «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
1. Формирование у студентов необходимого уровня теоретических знаний о средствах, методах, целесообразных формах и принципах проведения занятия по физической культуре и методике использования их для практической деятельности	Знать основные понятия теории и методики физической культуры; знать структуру системы физического воспитания в РФ; знать средства и методы физического воспитания, структуру процесса обучения двигательным действиям, принципы физического воспитания	ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Уметь соотносить и выстраивать иерархию ключевых понятий в общей теории спорта	
	Владеть технологией выбора определенных средств, методов, форм занятий в зависимости от педагогической ситуации	
2. Вооружение знаниями об особенностях методики физического воспитания людей различного возраста	Знать особенности проведения занятий по физической культуре в зависимости от возраста занимающихся	ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Уметь подбирать те или иные методы и средства физической культуры в зависимости от возраста занимающихся	
	Владеть методикой проведения занятий по физической культуре в зависимости от возраста занимающихся	

## Продолжение таблицы

3. Формирование у студентов знаний об основах и методике развития физических качеств человека	<p>Знать структуру урока по физической культуре в школе; знать основы методики развития физических качеств</p> <p>Уметь подбирать средства и методы развития какого-либо физического качества, общеразвивающие упражнения</p> <p>Владеть способами проведения игр в заключительной части занятия</p>	ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов
4. Формирование умений проведения педагогических исследований: анализа, хронометрирования и пульсометрии урока по физической культуре	<p>Знать данные о должных показателях функционирования физиологических систем в покое и в нагрузке</p> <p>Уметь выполнять замеры физиологических показателей жизнедеятельности в покое и в нагрузке (АД, ЧСС, ЧД и т.д.); уметь анализировать критические ситуации, возникающие в школьной практике, по технологии кейсов</p> <p>Владеть методикой проведения анализа урока, пульсометрии и хронометрирования.</p>	ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры
5. Формирование у студентов знаний о способах планирования и педагогического контроля на занятиях по физической культуре	<p>Знать перечень документов планирования и основные методы педагогического контроля</p> <p>Уметь проводить планирование на текущее занятие и учебную четверть, использовать простейшие методы педагогического контроля</p> <p>Владеть методикой подбора физических упражнений для проведения занятия. Владеть одним методом педагогического контроля</p>	ПК-3 - способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий
6. Вооружение студентов способами подготовки и проведения занятия по физической культуре	<p>Знать методы и средства физической культуры</p> <p>Уметь подбирать те или иные методы и средства физической культуры в конкретной педагогической ситуации</p> <p>Владеть методикой проведения занятия по физической культуре</p>	ПК-4 - способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу

7. Формирование у студентов знаний о способах планирования занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	Знать перечень документов планирования в сфере детско-юношеского и массового спорта	ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта
	Уметь проводить планирование на текущее занятие и учебное полугодие	
	Владеть методикой подбора физических упражнений для проведения занятия	

### 1.5. Контроль результатов освоения дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

В целях текущего контроля успеваемости по дисциплине «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты» применяются следующие методы:

- 1) опросы;
- 2) тестирования;
- 3) подготовка презентации и доклада;
- 4) составление таблицы и схемы;
- 5) контрольные работы;
- 6) проведение педагогических исследований;
- 7) составление учебных планов;
- 8) подбор общеразвивающих и специальных упражнений;
- 9) анализ фильма
- 10) посещение лекций.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для промежуточной аттестации».

### 1.6. Перечень образовательных технологий, используемых для освоения дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система).
2. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (активные методы обучения):
  - проблемное обучение;
  - технология проектного обучения (кейс-стади метод);
  - интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар);
  - технология интенсификации обучения на основе схемных моделей учебного материала.
3. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:
  - технология индивидуализации обучения;
  - коллективный способ обучения.

## 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

### 2.1. Технологическая карта обучения дисциплине «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

Для обучающихся образовательной программы  
«Физическая культура», бакалавр, 49.03.01, Направленность (профиль)  
образовательной программы «Спортивная тренировка»

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по очной форме обучения

(укажите форму обучения)

(общая трудоемкость 10 з.е.)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы и методы контроля
		все-го	лек-ций	семи-наров	лаб. работ		
<b>1. Общая характеристика физической культуры и спорта.</b> Общая теория спорта как научная и учебная дисциплина. Система физического воспитания в Российской Федерации.	18 (0,5)	8	4	4		10	Опрос, составление схемы взаимосвязи основных понятий в физическом воспитании
<b>2. Дидактические основы физического воспитания.</b> Средства физического воспитания. Методы физического воспитания. Принципы физического воспитания. Основы обучения двигательным действиям. Педагогический контроль в физическом воспитании.	54 (1,5)	28	14	14		26	Опрос, контрольная работа, анализ фильма «Тренер Картер»
<b>3. Развитие двигательных способностей.</b> Определение основных понятий. Средства, методы и основы методики развития гибкости, выносливости, скоростных способностей, координационных способностей, силовых способностей.	72 (2,0)	36	18	18		36	Опрос, контрольная работа, тестирование
<b>Форма промежуточного контроля</b>	36 (1,0)						экзамен

Продолжение таблицы

<p><b>4. Суть и научно-методические предпосылки профессионального мастерства специалистов по физической культуре и спорту.</b>          Формы организации занятий в физическом воспитании.          Планирование в физическом воспитании.          Формирование личности в процессе физического воспитания.          Профессиональное мастерство специалистов по физической культуре и спорту. Физическая культура как социальное явление.</p>	72 (2,0)	36	18	18		36	Тестирование, составление темат. плана занятий по ФК. Подбор игр для заключительной части занятия, общеразвивающих и подводящих упражнений для проведения занятий по легкой атлетике, спорт. играм. Проведение анализа тренировки. Сочинение.
<p><b>5. Физическая культура и спорт в различные периоды жизни населения.</b>          Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста, детей школьного возраста. Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи. Использование факторов физической культуры в основной период трудовой деятельности, в жизни людей пожилого и старшего возраста.          Профессионально-прикладная физическая подготовка.</p>	72 (2,0)	36	18	18		36	Подготовка презентации и доклада, составление таблицы «Физическая культура в различные периоды жизни населения».
<p><b>Форма итогового контроля</b></p>	36 (1,0)						экзамен
<p><b>Всего:</b></p>	360 (10)	144	72	72		144	



## **2.2. Содержание основных разделов и тем дисциплины**

### **«Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»**

#### **2.2.1. Введение**

Дисциплина «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты» определяет фундаментальность физкультурного образования специалиста, педагогическую направленность его деятельности, профессиональную компетентность. Она лежит в основе знаний любой конкретной специальности (тренер, инструктор, учитель, методист и т.п.), поэтому создает необходимые предпосылки и условия для роста и совершенствования студентов в рамках будущей профессии.

**Потенциал дисциплины в обеспечении образовательных интересов личности студента, обучающегося по соответствующей ООП:**

Данная дисциплина позволит студенту познать основы теоретических знаний и методики, что в дальнейшем послужит базой для формирования у студентов навыков подготовки и проведения занятий по физической культуре, а также его анализа и необходимых педагогических исследований.

**Потенциал дисциплины в удовлетворении требований заказчиков к выпускникам профиля в современных условиях:**

Дисциплина направлена на формирование компетенций в рамках общетеоретических положений физической культуры, что позволит быть более успешным в профессиональной сфере.

## **2.2.2. Содержание теоретического курса.**

### **Раздел 1. Общая характеристика физической культуры и спорта.**

Общая теория спорта и ее прикладные аспекты как научная и учебная дисциплина. Цель и задачи общей теории спорта. Объект, субъект и предмет изучения общей теории спорта. Основные этапы становления как научной дисциплины общей теории спорта. Роль и место общей теории спорта среди других научных дисциплин. Цель, задачи общей теории спорта как учебной дисциплины, ее место в профессиональной подготовке специалиста по физической культуре и спорту. Основные понятия: физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое состояние, физическое развитие, физическое совершенство, физическая подготовка, физическая подготовленность, физическое образование, физическая рекреация, физическая реабилитация.

Система физического воспитания в Российской Федерации. Основные понятия. Объективные и субъективные причины создания и функционирования в обществе системы физического воспитания (СФВ). Мировоззренческие, научно-методические, правовые (программно-нормативные) и организационные основы СФВ. Цель и задачи ФВ. Принципы СФВ. Направления СФВ: общая физическая подготовка, профессиональная физическая подготовка, спортивная подготовка.

### **Раздел 2. Дидактические основы физического воспитания.**

Средства физического воспитания. Состав средств физического воспитания. Понятия: "движение", "двигательное действие", "физическое упражнение". Характерные признаки физических упражнений. Физические упражнения как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. Техника физических упражнений. Подготовительная, основная и заключительная фаза физического упражнения. Пространственные, временные, пространственно-временные и динамические характеристики движений. Критерии оценки эффективности техники. Нагрузка и отдых в процессе выполнения физических упражнений. Понятие «нагрузка». Показатели нагрузки при выполнении физических упражнений, её «внешняя» и «внутренняя» стороны. Классификации физических упражнений. Оздоровительные силы природы. Гигиенические факторы.

Методы физического воспитания. Понятия: метод, методический прием, методика. Классификация методов. Специфические методы. Методы строго регламентированного упражнения, применяемые преимущественно при обучении двигательным действиям (метод целостного разучивания двигательного действия, разучивание двигательного действия по частям). Методы строго регламентированного упражнения, применяемые преимущественно при развитии двигательных способностей (методы стандартного упражнения, методы переменного упражнения, круговой метод). Игровой метод. Соревновательный метод. Общепедагогические методы: словесные методы (рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, лекция, инструктирование, распоряжение, команда, указание, по счету), методы наглядного воздействия (метод непосредственной наглядности, методы опосредованной наглядности, методы направленного прочувствования двигательного действия, методы срочной информации).

Принципы физического воспитания. Понятие о принципах педагогического процесса. Принцип сознательности и активности. Принцип наглядности. Принцип доступности. Принцип индивидуализации. Принцип систематичности. Принцип постепенности. Принцип последовательности. Принцип прочности.

Основы обучения двигательным действиям. Особенности обучения в физическом воспитании. Двигательное умение и двигательный навык как уровни владения двигательным действием. Основы формирования двигательного навыка. Структура процесса обучения двигательному действию. Законы формирования двигательного навыка. Этапы обучения, их особенности.

Педагогический контроль в физическом воспитании. Понятие о педагогическом контроле. Виды педагогического контроля, их содержание и функциональное назначение (предварительный, оперативный, текущий, этапный, итоговый). Методы контроля.

### **Раздел 3. Развитие двигательных способностей.**

Развитие двигательных способностей. Определение основных понятий.

Средства, методы и основы методики развития гибкости.

Средства, методы и основы методики развития выносливости.

Средства, методы и основы методики развития скоростных способностей.

Средства, методы и основы методики развития координационных способностей.

Средства, методы и основы методики развития силовых способностей.

### **Раздел 4. Суть и научно-методические предпосылки профессионального мастерства специалистов по физической культуре и спорту.**

Формы организации занятий в физическом воспитании. Классификация форм занятий в физическом воспитании. Характеристика форм занятий физическими упражнениями. Признаки урочных форм занятий. Структура урока и характеристика его частей. Постановка задач. Классификация уроков. Анализ урока (хронометрирование, пульсометрия, общая и моторная плотность урока). Подготовка преподавателя к уроку. Неурочные формы занятий (малые, крупные, соревновательные).

Планирование в физическом воспитании. Масштаб планирования (перспективное, текущее, оперативное планирование). Требование к планированию. Методическая последовательность планирования. Характеристика основных документов планирования (учебный план, учебная программа, план-график учебного процесса, рабочий (тематический) план, расписание занятий, план-конспект занятия).

Формирование личности в процессе физического воспитания. Взаимосвязь физического воспитания с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым воспитанием. Воспитательная деятельность педагога по физической культуре и спорту. Средства и методы умственного, нравственного, эстетического, трудового и экологического воспитания в процессе физического воспитания. Требования к личности преподавателя (тренера) как воспитателя.

Профессиональное мастерство специалистов по физической культуре и спорту. Компоненты деятельности специалиста по физической культуре: гностический, проектировочный, конструктивный, организационный, коммуникативный. Уровни деятельности репродуктивный, адаптивный, локально-моделирующий, системно-моделирующий знания, системно-моделирующий деятельность.

Физическая культура как социальное явление. Определение понятий: "культура", "физическая культура", "физическая культура личности", "физкультурное движение". Физическая культура как составная часть культуры общества. Социальные предпосылки для формирования физической культуры и физической культуры личности. Материальные и духовные ценности физической культуры. Структура физической культуры. Социальные функции физической культуры.

### **Раздел 5. Физическая культура и спорт в различные периоды жизни населения.**

Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Значение и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей. Средства и методы физического воспитания, формы организации занятий в дошкольном возрасте.

Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста. Значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Средства и методы физического воспитания детей школьного возраста. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста.

Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Формы организации физического воспитания в школе. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений. Формы физического воспитания в семье.

Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи. Значение и задачи физического воспитания студентов. Возрастные особенности студентов. Содержание программы физического воспитания студентов. Методические основы физического воспитания в вузе. Особенности методики занятий по физическому воспитанию различных учебных отделений. Формы организации физического воспитания студентов.

Использование факторов физической культуры в основной период трудовой деятельности. Социальное значение физической культуры в основной период трудовой деятельности. Физическая культура в научной организации труда. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня. Физическая культура в быту трудящихся.

Использование факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста. Старение и задачи направленного использования физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью.

Профессионально-прикладная физическая подготовка. Значение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки. Основы методики и формы занятий.

## **2.3. Методические рекомендации по освоению дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»**

### **2.3.1. Рекомендации по работе на практических и семинарских занятиях**

Степень освоения учебной дисциплины отражается рейтинговыми баллами, набранными студентами за различные виды работы и складывается из рейтинга за самостоятельную работу, аудиторную и результатов прохождения контрольных мероприятий. Для успешного освоения учебной дисциплины необходимо придерживаться нижеприведенных рекомендаций.

*Составление схемы взаимосвязи основных понятий в физическом воспитании.* При составлении схемы необходимо предварительно изучить основные понятия в теории и методике физической культуры, поставив акцент на выявление закономерности их взаимосвязи, их места в системе физического воспитания.

*Проведение анализа фильма «Тренер Картер».* Для проведения анализа фильма необходимо предварительно составить конспект «Стили педагогического общения» и посетить лекционное занятие по теме «Принципы физического воспитания». Записи в бланке анализа необходимо выполнять во время просмотра фильма.

*Разработка презентации и доклада по теме «Возрастные аспекты физической культуры и спорта».* Необходимо подготовить презентацию и доклад по одной из нижеперечисленных тем:

1. Физическое воспитание детей раннего возраста.
2. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.
3. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста.
4. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста.
5. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста.
6. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
7. Физическое воспитание в семье.
8. Физическое воспитание в системе внешкольных учреждений.
9. Физическое воспитание студентов основной медицинской группы.
10. Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы.

11. Физическое воспитание студентов спортивного отделения.
12. Физическое воспитание в период трудовой деятельности.
13. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте.
14. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

В каждом вопросе необходимо раскрыть:

- 1) задачи физического воспитания в данном возрасте;
- 2) средства физического воспитания в данном возрасте;
- 3) формы занятий, применяемые на данном этапе;
- 4) требования, предъявляемые к физическому развитию в данном возрасте, к формированию знаний, умений и навыков, к участию представителей конкретного возрастного контингента в спортивно-массовой работе и т.д.; особенности организации занятий в данном возрасте.
- 5) объем физкультурно-спортивной деятельности.

### **2.3.2. Рекомендации по самостоятельной работе студентов**

*Составление тематического плана занятий по физической культуре.* Необходимо предварительно изучить материал «Планирование в физическом воспитании». Для составления плана нужно, для начала, выбрать класс, с которым планируется проводить учебную и воспитательную работу во время школьной практики, определить изучаемые спортивные дисциплины в текущей четверти, а также перечень изучаемых двигательных умений и навыков. Далее, необходимо ознакомиться с учебной литературой по формированию умений и навыков в конкретной спортивной дисциплине (гимнастика, волейбол, баскетбол, лыжная подготовка, плавание), составить план, учитывая, что освоению конкретного двигательного действия необходимо посвятить минимально 3 занятия (разучивание, закрепление, совершенствование). Не лишним будет вспомнить, что, если работа планируется проводиться в младшей школе (1-4 класс), для лучшего усвоения материала и привития интереса к физической культуре, 40% времени урока нужно уделять организации занятий с использованием игрового метода.

*Подготовка к промежуточному рейтинг-контролю.* Внимательно изучите теоретический материал дисциплины и ознакомьтесь с перечнем тестовых заданий, внимательно проработайте эти материалы.

*Подготовка к итоговому рейтинг-контролю.* Внимательно изучите теоретический материал дисциплины и ознакомьтесь с перечнем вопросов на зачет и экзамен, внимательно проработайте эти материалы.

Для набора необходимого рейтингового балла наряду с самостоятельной работой рекомендуется придерживаться следующих советов:

1. Посещение лекционных занятий (за каждое посещенное занятие студент получает +1 к своему рейтингу).
2. Во время прохождения тестирования или опроса стремитесь к тому, что бы ответить правильно на все вопросы, чем больше правильных ответов вы дадите, тем большее количество рейтинговых баллов получите.
3. Во время сдачи зачета или экзамена отвечайте на поставленный вопрос развернуто, тем самым вы сможете избежать уточняющих вопросов преподавателя и получить наивысший рейтинг.

### **Методические рекомендации по организации инклюзивного образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Работу по организационно-педагогическому сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – лиц с ОВЗ) в университете осуществляют институты, факультеты, департамент. К работе по сопровождению образовательного процесса привлекаются: кафедры, проректор по

внеучебной работе, учебно-методический центр дистанционного образования, проректор по административно-хозяйственной деятельности, волонтерский центр, управление информатизации, учебно-методическое управление, учебный отдел, студенческий отдел управления кадров, отдел практики, центр трудоустройства и сопровождения карьеры студентов и выпускников.

Организация образовательного процесса для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ в университете осуществляется на основании:

- Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п);
- Планов работы по профессиональной ориентации и созданию условий для инклюзивного образования в КГПУ им. В.П. Астафьева;
- Правил приема граждан на обучение по образовательным программам высшего образования.

Образование обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных нозологических группах.

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, что учитывается при реализации программы данной дисциплины. При составлении индивидуального плана обучения возможны сочетания различных форм проведения занятий по дисциплине «Инклюзивное образование в Красноярском крае»: аудиторные занятия, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий, самостоятельная работа с индивидуальным консультированием.

Согласно Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п) при обучении инвалидов и лиц с ОВЗ при необходимости могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии с возможностью приема-передачи информации в доступных для них формах.

Для обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья Порядком проведения занятий по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту по программам бакалавриата и специалитета при очной, очно - заочной и заочной формах обучения в КГПУ им. В.П. Астафьева от 26.06.2015, утвержденным приказом 248(п) устанавливается особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. При проведении занятий по дисциплине «Психологические особенности детей с ОВЗ» преподаватель учитывает вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Имеющаяся безбарьерная среда в КГПУ им. В.П. Астафьева учитывает потребности лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для обеспечения доступа в здания университета маломобильных граждан корпус на ул. Маркса, зд. 100 оборудован пандусом, поручнем и расширенными дверными проемами, корпус на ул. Ады Лебедевой, д. 89 оборудован системой вызова персонала для инвалидов (кнопка вызова персонала), имеются три мобильных подъемных платформы с электроприводом «БарсУГП-130-1». При необходимости платформы могут быть перевезены и использованы в любом учебном корпусе и (или) общежитии. При необходимости в университете могут быть созданы специальные места для парковки автотранспортных средств для инвалидов возле всех учебных корпусов. Ширина коридоров учебных корпусов соответствует нормативным требованиям для передвижения инвалидов-колясочников. В учебных корпусах по адресам: ул. Ады Лебедевой, д. 89, ул. Маркса, зд. 100, ул. Перенсона, д. 7 оборудованы санитарно-гигиенические комнаты для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Оборудованы специальные рабочие места для

обучающихся, пользующихся специальными инвалидными креслами-колясками, что предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов.

Для обучающихся с нарушением зрения приобретены переносные лупы «Руби», настольные лупы с подсветкой, имеются специальное программное обеспечение, позволяющее увеличивать шрифт на компьютере, воспроизводить текстовые документы.

Для обучающихся с нарушением слуха приобретены две FM-системы индивидуального пользования и стационарные наушники. При необходимости данное оборудование может быть перевезено и использовано в любом учебном корпусе.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

Наименование дисциплины/курса	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Название программы/ профиля	Количество зачетных единиц (кредитов)
Общая теория спорта и ее прикладные аспекты	49.03.01 – Физическая культура (бакалавриат) Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка	10
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие: физическая культура		
Последующие: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, спортивная борьба, теория и методика спортивной тренировки, практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, профессионально-ориентированная практика, практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, тренерская практика		

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1 Общая характеристика физической культуры и спорта			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Лекционные занятия (посещаемость)	2	4
Промежуточный рейтинг-контроль	Составление схемы «взаимосвязь основных понятий в физическом воспитании»	8	14
	Опрос «Основные понятия в общей теории спорта»	6	8
Итого		16	26

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2 Дидактические основы физического воспитания			
	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
Текущая работа	Лекционные занятия (посещаемость)	6	12
	Составление конспекта «Стили педагогического общения»	3	5
	Составление конспекта «Педагогический контроль»	3	5
Промежуточный рейтинг-контроль	Опрос «средства и методы физического воспитания»	5	8
	Опрос «Педагогический контроль в физическом воспитании, нагрузка и отдых в процессе выполнения физических упражнений»	5	8
	Анализ фильма «Тренер «Картер»	5	8
	Письменная работа «Основы обучения двигательным действиям, спортивная тренировка как многолетний процесс»	5	8
Итого		32	54



<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 3</b>			
<b>Развитие двигательных способностей</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
Текущая работа	Лекционные занятия (посещаемость)	<b>6</b>	<b>14</b>
	Составление конспекта «Гибкость и основы методики ее развития»	<b>3</b>	<b>5</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Опрос «основы методики развития гибкости»	<b>7</b>	<b>11</b>
	Письменная работа «основы методики развития выносливости»	<b>7</b>	<b>11</b>
	Опрос «основы методики развития скоростных способностей»	<b>7</b>	<b>11</b>
	Письменная работа «основы методики развития координационных способностей»	<b>7</b>	<b>11</b>
	Тестирование «основы методики развития силовых способностей»	<b>7</b>	<b>11</b>
<b>Итого</b>		<b>44</b>	<b>74</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 4</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Лекционные занятия (посещаемость)		<b>16</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование «формы построения занятий, планирование в физическом воспитании»	<b>6</b>	<b>8</b>
	Сочинение «каким я вижу себя тренером» или «какими знаниями, умениями и навыками должен владеть тренер или учитель физической культуры»	<b>5</b>	<b>5</b>
	Составление тематического плана занятий по физической культуре	<b>5</b>	<b>5</b>
	Подбор игр для заключительной части занятия	<b>5</b>	<b>5</b>
	Подбор общеразвивающих упражнений для занятий	<b>8</b>	<b>8</b>
	Подбор подводящих упражнения для проведения занятий по легкой атлетике, волейболу, баскетболу, футболу	<b>10</b>	<b>15</b>
	Проведение пульсометрии	<b>3</b>	<b>3</b>
	Проведение хронометрирования	<b>6</b>	<b>6</b>
	Проведение анализа тренировки	<b>5</b>	<b>5</b>
<b>Итого</b>		<b>46</b>	<b>76</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 5</b>			
	Форма работы	Количество баллов 12 %	
		min	max
Текущая работа	Составление таблицы «Возрастные аспекты теории физической культуры»	<b>9</b>	<b>15</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Разработка презентации и доклада, защита доклада по возрастным аспектам физической культуры	<b>12</b>	<b>20</b>
<b>Итого</b>		<b>21</b>	<b>35</b>

ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 12 %	
		Min	max
	Экзамен	<b>21</b>	<b>35</b>
Итого		<b>21</b>	<b>35</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ (10%)			
Базовый модуль/ Тема	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
БМ №3, тема №1	Подбор и показ упражнений для развития силы мышц	0	7
БМ №4, тема №4	Составление таблицы личностных и профессиональных качеств с примерами из личной жизни	0	8
	Написание научной статьи, участие в региональной конференции, публикация	0	8
	Написание физкультминутки в стихотворной форме	0	7
Итого		<b>0</b>	<b>30</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		<b>min</b>	<b>max</b>
		<b>180</b>	<b>300</b>

#### СООТВЕТСТВИЕ РЕЙТИНГОВЫХ БАЛЛОВ И АКАДЕМИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
<b>60-80</b>	<b>экзамен</b>
<b>Σ 180-300</b>	<b>экзамен</b>
<b>180-218</b>	<b>3</b>
<b>219-260</b>	<b>4</b>
<b>261-300</b>	<b>5</b>

### 3.2. Фонд оценочных средств (контрольно-измерительные материалы) по дисциплине «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

Фонд оценочных средств по дисциплине «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты» представлен в приложении к рабочей программе дисциплины.

### 3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»

После окончания изучения обучающимися учебной дисциплины «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты» ежегодно осуществляются следующие мероприятия:

- анализ результатов обучения обучающихся дисциплине на основе данных промежуточного и итогового контроля;

- рассмотрение при необходимости возможностей внесения изменений в соответствующие разделы рабочей программы дисциплины – заполняется специальная форма «Лист внесения изменений», представленная ниже.

### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2017/2018 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

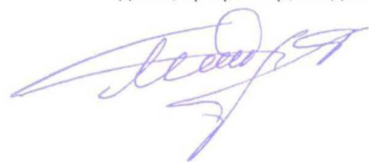
1. В соответствии с приказом «О направленности (профиле) основных профессиональных образовательных программ в КГПУ им. В.П. Астафьева» от 07.02.2017 №36(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся термин «профиль» изменен на «направленность (профиль) образовательной программы».
2. В соответствии с приказом «О внесении изменений в Положение о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П.Астафьева»» от 01.03.2017 №98(п) в фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся внесены изменения в Приложении 1 п. 3.2.1:

Прежнее наименование уровня	Новое наименование уровня
« <b>высокий</b> уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»	« <b>продвинутый</b> уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»
« <b>продвинутый</b> уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»	« <b>базовый</b> уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»
« <b>базовый</b> уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»	« <b>пороговый</b> уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры протокол № 11 от 15.05.2017 г.

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор



Д.Г. Миндиашвили

Директор  
Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2018/2019 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

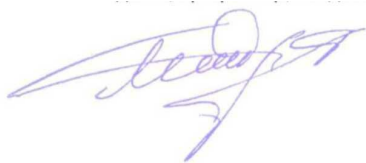
1. В соответствии с приказом «Об утверждении Положения о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в КГПУ им. В.П.Астафьева от 28.04.2018 №297(п) актуализирован фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся.
2. Обновлен перечень используемого лицензионного программного обеспечения.
3. Обновлена современная профессиональная база данных и информационных справочных систем.
4. Карта литературного обеспечения дисциплины согласована с библиотекой.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 11 от 18.05.2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор



Д.Г. Миндиашвили

Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

В соответствии с приказом «О внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 05.07.2018 №457(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся в титулах внесены изменения в части преобразования Министерства образования и науки РФ в Министерство науки и высшего образования РФ.

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2019/2020 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 14 от 23.05.2019 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор



Д.Г. Миндиашвили

Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

#### 4. УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ

##### 4.1. Карта литературного обеспечения дисциплины (включая электронные ресурсы)

##### «Общая теория спорта и ее прикладные аспекты» для обучающихся образовательной программы

по направлению подготовки: 49.03.01 – Физическая культура,

Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка, квалификация - бакалавр

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по очной форме обучения

Наименование	Место хранения / электронный адрес	Количество экземпляров / точка доступа
<b>Основная литература</b>		
Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.	АУЛ(35)	35
Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 480 с.	АУЛ	100
Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. Введение в предмет: Учебник для высш. спец. физкультурных учеб. заведений/ Л.П. Матвеев. - 4-е изд., стереотип. - СПб.: Лань; М.: Омега-Л, 2004. - 160 с.	АНЛ(2), АУЛ(59)	61
<b>Дополнительная литература</b>		
Матвеев, Лев Павлович. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Текст] : учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб. : Лань, 2005. - 384 с. : ил. - (Учебники для вузов. Специальная литература).	Научная библиотека ЧЗ (1), АНЛ (2), АУЛ (2)	5
<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>		
Физическая культура и спорт: учебное пособие для подготовки к междисциплинарному государственному экзамену по специальности 032101 «Физическая культура и спорт» / сост.: А. А. Завьялов, Д. А. Завьялов, Г. Г. Мельчакова, Полева Н.В., Чупрова Е.Д. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 308 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), АУЛ(4)	8
Проведение подготовительной части школьного урока: методические рекомендации / сост.: А.В. Мельчаков, Г.Г. Мельчакова; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П.Астафьева.– Красноярск,2011. – 34 с.	ЧЗ(1), АНЛ(2), АУЛ(5)	8
Чупрова Е. Организация занятия по физической культуре в вузе: учебно-метод. пособие. – Красноярск: Сиб.гос.аэрокосмич.ун-т, 2011. – 76 с.	ЭБС КГПУ <a href="http://elib.kspu.ru/document/5704">http://elib.kspu.ru/document/5704</a>	свободный

	5704	
Чупрова Е.Д. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Рабочая программа дисциплины	<a href="http://elib.kspu.ru/document/26906">http://elib.kspu.ru/document/26906</a>	свободный
Блеер, А. Н. Терминология спорта: толковый словарь-справочник/ А. Н. Блеер, Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: Академия, 2010. - 464 с.	ЧЗ, СБО	6
<b>Информационно-справочные системы</b>		
Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000– . – Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a> .	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	свободный
East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон. дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение : справочная правовая система. – Москва, 1992 – .	Научная библиотека (1-02)	локальная сеть вуза

Согласовано:

зам. дир. ра. научной биб-ки  
(должность структурного подразделения)

ММ  
(подпись)

| Шушуня С.В. |  
(Фамилия И.О.)

| 17.05.2018  
(дата)

**4.2. Карта материально-технической базы дисциплины  
«Общая теория спорта и ее прикладные аспекты»  
для обучающихся образовательной программы  
по направлению подготовки: 49.03.01 – Физическая культура,  
Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка,  
квалификация - бакалавр**

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

**по очной форме обучения**

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)</b>
<b>Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-27	Микрофонный пульт-10шт., монитор-6шт., компьютер-2шт., телевизор-2шт., система видеоконференцсвязи-1шт., микрофон+модуль-1шт., телефон-1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-55	Компьютер – 3 шт., копировальный аппарат – 1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
<b>Помещения для самостоятельной работы в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-05 Центр самостоятельной работы	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт Microsoft® Windows® 7 Professional Лицензия Dreamspark (MSDN AA). Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №2304- 180417-031116- 577-384. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL). Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия). Mozilla Firefox – (Свободная лицензия). LibreOffice – (Свободная лицензия GPL). Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Консультант Плюс - (Свободная лицензия для учебных целей). Гарант - (Свободная лицензия для учебных целей) ноутбук-10 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**им. В.П. Астафьева»**  
**(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

**ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ**  
**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
протокол № 11 от 18.05.2018 г.

ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического  
совета направления подготовки  
протокол № 9 от 25.05.2018 г.

**ФОНД**  
**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**ОБЩАЯ ТЕОРИЯ СПОРТА И ЕГО ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ**

**Направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура**

**Направленность (профиль) образовательной программы:**  
**«Спортивная тренировка»**

**Квалификация: бакалавр**

Составитель: Чупрова Е.Д., к.п.н., доцент

**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**  
**на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины**  
**ОБЩАЯ ТЕОРИЯ СПОРТА И ЕЕ ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ**

Близневским Александром Юрьевичем, зам. директора по учебной работе Института физической культуры, спорта и туризма ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет» проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) рабочей программы дисциплины Общая теория спорта и ее прикладные аспекты ОПОП ВО по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка, разработанного Чупровой Еленой Дмитриевной, доцентом кафедры теории и методики борьбы департамента спортивных единоборств ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П. Астафьева».

Разработчиком представлен комплект документов, включающий:

- перечень компетенций, которыми должны овладеть студент в результате освоения дисциплины;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций;

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Структура и содержание ФОС по дисциплине Общая теория спорта и ее прикладные аспекты соответствует требованиям, предъявляемым к структуре и содержанию фондов оценочных средств ОПОП ВО. А именно:

1.1. Перечень формируемых компетенций, которыми должны овладеть студенты в результате освоения дисциплины соответствует ФГОС ВО.

1.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, а также шкалы оценивания в целом обеспечивают возможность проведения всесторонней оценки результатов обучения, уровней сформированности компетенций.

2. Направленность ФОС соответствует целям ОПОП ВО по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка и будущей профессиональной деятельности студента.

3. Объём ФОС соответствует учебному плану подготовки бакалавра по дисциплине.

4. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания.

На основании проведенной экспертизы можно сделать заключение, что ФОС дисциплины Общая теория спорта и ее прикладные аспекты ОПОП ВО по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка, разработанного Чупровой Е.Д., соответствует требованиям образовательного и профессионального стандартов, а также современным требованиям рынка труда.

Эксперт  
доктор педагогических наук, профессор,  
зам. директора по учебной работе  
Института физической культуры, спорта  
и туризма ФГАОУ ВО  
«Сибирский федеральный университет»



А.Ю. Близневский

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

1.1. **Целью** создания ФОС дисциплины «Общая теория спорта и его прикладные аспекты» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС разработан на основании нормативных **документов**:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.03.01** – Физическая культура и спорт;

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, Направленность (профиль) образовательной программы: Спортивная тренировка;

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

**2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках изучения дисциплины «Общая теория спорта и его прикладные аспекты».**

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Общая теория спорта и его прикладные аспекты»:

1. ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

2. ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов;

3. ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры;

4. ПК-3 - способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий;

5. ПК-4 - способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу;

6. ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта.

## 2.2. Оценочные средства

Компетен-ция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			Номер	Фор-ма
ОК-8 - способность использова-ть методы и средства физической культуры для обеспечения полноцен-ной социальной и профес-сиональной деятель-ности	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм	текущий контроль	3	опрос
	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	2	Тес-ти-рова-ние
	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	19	подг. пре-зен-тации, док-лада
	Теория и методика избранного вида спорта: теория спорта, профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	Промежу-точная аттестация	20 21	сос-тав-ление таб-лицы экза-мен
ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особеннос-тей занимаю-щихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образова-тельных стандартов	Теория и методика спортивной тренировки, спортивная борьба	текущий контроль	8	конт-роль-ная рабо-та
	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, профессионально-ориентированная практика	текущий контроль	7	опрос
	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, профессионально-ориентированная практика	текущий контроль	4	ана-лиз филь-ма
	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, профессионально-ориентированная практика	Промежу-точная аттестация	21	экза-мен

	атлетика, плавание, туризм, профессионально-ориентированная практика			
ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры	Теория и методика спортивной тренировки	текущий контроль	1 2	опрос сост-е схе-мы
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	5	конт- роль-ная рабо-та
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	16 17 18	про-веде- ние пед. ис-след.
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	Промежу- точная аттестация	21	экза-мен
ПК-3 - способность разрабаты- вать учебные планы и программы конкретных занятий	Теория и методика спортивной тренировки	текущий контроль	9	опрос
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	12	тес-тиро- вание
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	Промежу- точная аттестация	21	экза-мен
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	Промежу- точная аттестация	21	экза-мен
ПК-4 - способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организации-ях, организовывать внеклас-сную физкультур-но-спортивную работу	Теория и методика спортивной тренировки	текущий контроль	6	опрос
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	11	тес-тиро- вание
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	14 15	сост. тема-тич. плана под-бор упр.
	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	Промежу- точная аттестация	21	экза-мен
ПК-11 - способность разрабаты- вать перспектив- ные, оператив-ные планы и программы конкретных занятий в сфере детско- юношеского и массового спорта	Теория и методика спортивной тренировки	текущий контроль	13	тес-тиро- вание
	тренерская практика	текущий контроль	10	конт- роль-ная рабо-та
	тренерская практика	Промежу- точная аттестация	21	экза-мен
	тренерская практика	Промежу- точная аттестация	21	экза-мен

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают вопросы к экзамену.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство: вопросы к экзамену, разработчик Чупрова Е.Д.

Критерии оценивания по оценочному средству «Вопросы к экзамену»

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Владеет</b> системой знаний о методах и средствах физической культуры. <b>Обосновывает</b> подбор тех или иных методов и средств физической культуры в конкретной педагогической ситуации	<b>Объясняет</b> взаимосвязи между содержанием структурных компонентов методов и средств физической культуры. <b>Имеет опыт</b> подбора методов и средств физической культуры, исходя из конкретной педагогической ситуации	<b>Воспроизводит</b> основные положения системы знаний о методах и средствах физической культуры. <b>Готов</b> к подбору методов и средств физической культуры, исходя из конкретной педагогической ситуации
ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	<b>Обосновывает</b> содержание учебного занятия по базовым видам спорта с точки зрения положений дидактики теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов. <b>Умеет</b> проектировать учебные занятия на основе сочетания знакомых и новых образцов действий, что позволяет получить новый продукт – оригинальный конспект. <b>Обосновывает</b> ценность знания и учета индивидуальных особенностей	<b>Объясняет</b> взаимосвязи между содержанием учебного занятия и положениями теории и методики физической культуры, требованиями образовательных стандартов <b>Умеет</b> проектировать учебные занятия на основе дополнения шаблонных действий новыми элементами, что позволяет получить адаптированный конспект. <b>Объясняет</b> значимость знаний и учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия	<b>Воспроизводит</b> основные положения дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов. <b>Умеет</b> проектировать учебные занятия на основе шаблонного выполнения действий, что позволяет получить шаблонный конспект. <b>Воспроизводит</b> формальные аргументы значимости учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и

	занимающихся при проектировании и реализации занятия		реализации занятия
ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры	<b>Обосновывает</b> наполнение образовательного процесса с учетом положений теории физической культуры	<b>Объясняет</b> взаимосвязи между наполнением учебного процесса и основными положениями теории физической культуры	<b>Воспроизводит</b> основные положения теории физической культуры
ПК-3 - способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий	<b>Владеет</b> технологией разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>осуществляет</b> рефлексивный анализ проведенных образовательных мероприятий с последующим изменением планов	<b>Имеет опыт</b> разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>имеет опыт</b> осуществления рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий	<b>Готов</b> к разработке учебных планов и программ конкретных занятий, <b>готов к</b> осуществлению рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий
ПК-4 - способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу	<b>Обосновывает</b> содержание учебного занятия с точки зрения положений дидактики теории и методики физической культуры. <b>Владеет</b> методикой проведения учебных занятий. <b>Владеет</b> способами подготовки документации для организации внеклассной физкультурно-спортивной работы	<b>Объясняет</b> взаимосвязи между содержанием учебного занятия и положениями теории и методики физической культуры. <b>Имеет опыт</b> проведения учебных занятий. <b>Имеет опыт</b> подготовки документации для организации внеклассной физкультурно-спортивной работы	<b>Воспроизводит</b> основные положения дидактики и теории и методики физической культуры. <b>Готов к</b> проведению учебных занятий. <b>Готов к</b> организации внеклассной физкультурно-спортивной работы
ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детского и юношеского и массового спорта	<b>Владеет</b> технологией разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>осуществляет</b> рефлексивный анализ проведенных образовательных мероприятий с последующим изменением планов	<b>Имеет опыт</b> разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>имеет опыт</b> осуществления рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий	<b>Готов</b> к разработке учебных планов и программ конкретных занятий, <b>готов к</b> осуществлению рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают:

- 1) опросы;
- 2) тестирования;
- 3) подготовку презентации и доклада;
- 4) составление таблицы и схемы;
- 5) контрольные работы;
- 6) проведение педагогических исследований;
- 7) составление учебных планов;
- 8) подбор общеразвивающих и специальных упражнений;
- 9) анализ фильма.

4.2.1. Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга в рабочей программе дисциплины «Общая теория спорта и его прикладные аспекты»

##### Критерии оценивания опроса

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<b>4 баллов</b> - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным использованием научных терминов и понятий в контексте ответа; <b>3 балла</b> - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов; <b>2 балла</b> - проблема обозначена на бытовом уровне; <b>0 баллов</b> - проблема не раскрыта.
2. Отражение всех существующих взглядов на рассматриваемую проблему	<b>4 баллов</b> – в ответе отражены различные взгляды, подходы к обсуждаемой проблеме с анализом общего и специфичного, дает полный сравнительный анализ. <b>3 балла</b> – обучающийся излагает взгляды на проблему в рамках одного или двух подходов; <b>2 балла</b> - сравнительный анализ поверхностный; <b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.
Максимальный балл	<b>8</b>
Минимальный балл	<b>5</b>



### Критерии оценивания тестирования

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Процент выполненных заданий	<b>8 баллов</b> - 87-100% выполненных заданий; <b>7 баллов</b> - 73-86% выполненных заданий; <b>6 баллов</b> - 60-72% выполненных заданий; <b>0 баллов</b> – менее 60% выполненных заданий.
Максимальный балл	<b>8</b>
Минимальный балл	<b>6</b>

### Критерии оценивания презентации и доклада

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<b>10 баллов</b> - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным использованием научных терминов и понятий; <b>8 балла</b> - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов; <b>6 балла</b> - проблема обозначена на бытовом уровне; <b>0 баллов</b> - проблема не раскрыта.
2. Наполнение презентации иллюстративным материалом (схемы, рисунки, таблицы)	<b>5 баллов</b> – в презентации представлен разнообразный материал без использования пояснений в виде текста. Текст озвучен лишь в докладе. <b>4 балла</b> – в презентации использованы элементы иллюстративного материала, оформленные в том числе и текстовым материалом; <b>3 балла</b> – презентация на 70-79% состоит из текстовых слайдов; <b>0 баллов</b> – наполнение презентации текстовыми слайдами на 80 и более процентов.
3. Качество представляемого иллюстративного материала (схемы, рисунки, таблицы) и оформления презентации	<b>5 баллов</b> – имеется титульный и заключительный лист, на котором указана тема, автор (студент) и преподаватель. Весь текст презентации хорошо читаем, четкие границы таблиц и рисунков. Каждый слайд

	<p>подписан и пронумерован.</p> <p><b>4 балла</b> – имеется титульный и заключительный лист, на котором указана тема, автор (студент) и преподаватель. Текст презентации читаем не менее, чем в 80% случаев, четкие границы таблиц и рисунков.</p> <p><b>3 балла</b> - имеется титульный лист, на котором указана тема, автор (студент) и преподаватель. Текст презентации читаем не менее, чем в 60% случаев.</p> <p><b>0 баллов</b> – текст не читаем на большинстве слайдов.</p>
Максимальный балл	<b>20</b>
Минимальный балл	<b>12</b>

#### Критерии оценивания таблицы и схемы

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<p><b>8 баллов</b> - все графы таблиц и схем заполнены корректно с использованием научных понятий и терминов, установлена взаимосвязь между понятиями;</p> <p><b>6 баллов</b> – графы таблиц и схем заполнены на не менее, чем 90% при формальном использовании научных терминов, имеется 2-3 ошибки в установлении взаимосвязей между понятиями;</p> <p><b>5 баллов</b> – графы таблицы заполнены не менее, чем на 60%, проблема обозначена на бытовом уровне, взаимосвязь между понятиями установлена, но имеются 3-4 ошибки;</p> <p><b>0 баллов</b> – графы таблицы заполнены менее, чем на 60%, взаимосвязь между понятиями не установлена.</p>
2. Соответствие перечисленных рекомендаций возрасту.	<p><b>7 баллов</b> – рекомендации таблицы полностью соответствуют раскрываемому возрасту.</p> <p><b>6 балла</b> – рекомендации таблицы в 1-2 случаях не соответствуют раскрываемому возрасту;</p> <p><b>4 балла</b> - рекомендации таблицы в 3-4 случаях не соответствуют</p>

	раскрываемому возрасту; <b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.
Максимальный балл	<b>15</b>
Минимальный балл	<b>9</b>

#### Критерии оценивания контрольной работы

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<b>4 баллов</b> - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным использованием научных терминов и понятий в контексте ответа; <b>3 балла</b> - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов; <b>2 балла</b> - проблема обозначена на бытовом уровне; <b>0 баллов</b> - проблема не раскрыта.
2. Отражение всех существующих взглядов на рассматриваемую проблему	<b>4 баллов</b> – в ответе отражены различные взгляды, подходы к обсуждаемой проблеме с анализом общего и специфичного, дает полный сравнительный анализ. <b>3 балла</b> – обучающийся излагает взгляды на проблему в рамках одного или двух подходов; <b>2 балла</b> - сравнительный анализ поверхностный; <b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.
Максимальный балл	<b>8</b>
Минимальный балл	<b>5</b>

#### Критерии оценивания педагогических исследований

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Полнота заполнения протоколов педагогических исследований, правильность математических расчетов, обозначение выводов исследования	<b>4 баллов</b> – подробно раскрыты виды деятельности учащихся и учителя; математические расчеты произведены верно, написан вывод исследования с рекомендацией к дальнейшей деятельности педагога и упоминанием замеченных ошибок. <b>3 балла</b> - подробно раскрыты виды деятельности учащихся и учителя;

	<p>однако математические расчеты произведены неверно или написан вывод, не содержащий рекомендаций к дальнейшей деятельности педагога. Ошибки педагога не выявлены.</p> <p><b>2 балла</b> – формальное раскрытие видов деятельности учащихся и учителя; математические расчеты произведены неверно или написан вывод, не содержащий рекомендаций к дальнейшей деятельности педагога. Ошибки педагога не выявлены.</p> <p><b>0 баллов</b> – не перечислены виды деятельности учащихся и педагога, математические расчеты не выполнены, вывод отсутствует.</p>
2. Степень использования предложенных критериев оценки педагогического процесса	<p><b>4 баллов</b> – все предложенные критерии использованы для оценки педагогического процесса.</p> <p><b>3 балла</b> – использовано не менее 90% предложенных критериев;</p> <p><b>2 балла</b> – оценка педагогического процесса произведена поверхностно с использованием менее 80% предложенных критериев;</p> <p><b>0 баллов</b> – педагогическая оценка отсутствует.</p>
Максимальный балл	<b>8</b>
Минимальный балл	<b>5</b>

#### Критерии оценивания учебных планов

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Подбор видов деятельности для создания учебного плана, соответствие подобранного материала возрасту занимающихся	<p><b>4 баллов</b> – корректный подбор видов деятельности, проектирование учебного занятия либо четверти на основе сочетания знакомых и новых образцов действий, что позволяет получить новый продукт – оригинальный конспект или тематический план, подобранный материал полностью соответствует возрасту занимающихся;</p> <p><b>3 балла</b> - корректный подбор видов деятельности, проектирование учебного занятия либо четверти на</p>

	<p>основе дополнения шаблонных действий новыми элементами, что позволяет получить адаптированный конспект или тематический план, подобранный материал полностью соответствует возрасту занимающихся;</p> <p><b>2 балла</b> - корректный подбор видов деятельности, проектирование учебного занятия либо четверти на основе шаблонного выполнения действий, что позволяет получить шаблонный конспект или тематический план, подобранный материал полностью соответствует возрасту занимающихся;</p> <p><b>0 баллов</b> – некорректный подбор видов деятельности, не учитывающий возраст занимающихся.</p>
2. Распределение времени для различных видов деятельности	<p><b>4 баллов</b> – грамотное распределение времени по частям занятия или блокам тематического плана;</p> <p><b>3 балла</b> – распределение времени по частям занятия или блокам тематического плана частично не соответствует основам теории и методики физической культуры;</p> <p><b>2 балла</b> – нарушено распределение времени по частям занятия или блокам тематического плана;</p> <p><b>0 баллов</b> – дозировка физических упражнений отсутствует.</p>
Максимальный балл	<b>8</b>
Минимальный балл	<b>5</b>

**Критерии оценивания  
подобранных общеразвивающих и специальных упражнений**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Соответствие упражнений задачам занятия	<p><b>10 баллов</b> – подобранные упражнения полностью соответствуют задачам занятия;</p> <p><b>9 баллов</b> - подобранные упражнения частично соответствуют задачам занятия;</p> <p><b>8 баллов</b> – учащийся не соотносит</p>

	упражнения с поставленными задачами занятия; <b>0 баллов</b> – задачи занятия не представлены.
2. Творческий подход при подборе упражнений, последовательности упражнений при обучении	<b>13 баллов</b> – подобранные упражнения являются оригинальными; последовательность упражнений не нарушена – от простого к сложному; <b>11 баллов</b> – подобранные упражнения являются частично оригинальными; последовательность упражнений нарушена в 1-2 случаях; <b>10 баллов</b> - подобранные упражнения являются шаблонными; последовательность упражнений нарушена в 1-2 случаях; <b>0 баллов</b> – подбор упражнений отсутствует.
Максимальный балл	<b>23</b>
Минимальный балл	<b>18</b>

#### Критерии оценивания анализа фильма

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Отражение в бланке анализа предусмотренных позиций	<b>4 баллов</b> – все предусмотренные позиции заполнены в бланке анализа; <b>3 балла</b> – в бланке анализа не заполнены 1-2 позиции; <b>2 балла</b> – в бланке анализа не заполнены 3-4 позиции; <b>0 баллов</b> – бланк анализа не заполнен.
2. Полнота ответа при описании каждого пункта	<b>4 баллов</b> – в ответе отражены различные взгляды, подходы к обсуждаемой проблеме с анализом общего и специфичного, дает полный сравнительный анализ. <b>3 балла</b> – обучающийся излагает взгляды на проблему в рамках одного или двух подходов; <b>2 балла</b> - сравнительный анализ поверхностный; <b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.
Максимальный балл	<b>8</b>
Минимальный балл	<b>5</b>

## **5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)**

### **ОПРОС «Основные понятия физической культуры и спорта, система физического воспитания в Российской Федерации» (КИМ №1)**

1. Физическое воспитание.
2. Физическое образование.
3. Двигательное умение.
4. Двигательный навык.
5. Физические качества.
6. Развитие физических качеств.
7. Воспитание физических качеств.
8. Общая физическая подготовка.
9. Специальная физическая подготовка.
10. Физическая подготовленность.
11. Физическое развитие.
12. Физическое состояние и его показатели.
13. Физическое совершенство.
14. Физическая культура.
15. Спорт.
16. Сила.
17. Скоростные способности.
18. Координационные способности.
19. Гибкость.
20. Выносливость.
21. Цель физического воспитания в РФ
22. Задачи физического воспитания в РФ.
23. Задачи по оптимизации физического развития.
24. Образовательные задачи.
25. Принцип содействия всестороннему и гармоничному развитию личности.
26. Принцип связи физического воспитания с практикой.
27. Принцип оздоровительной направленности.

### **СОСТАВЛЕНИЕ СХЕМЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ (КИМ №2)**

**Задание: составьте схему взаимосвязи основных понятий в физическом воспитании, используя следующие термины:**

1. Физическое воспитание.
2. Физическое образование.
3. Двигательное умение.
4. Двигательный навык.
5. Физические качества.
6. Развитие физических качеств.
7. Воспитание физических качеств.
8. Общая физическая подготовка.
9. Специальная физическая подготовка.
10. Физическая подготовка.
11. Физическая подготовленность.

12. Физическое развитие.
13. Физическое состояние и его показатели.
14. Физическое совершенство.
15. Физическая культура.
16. Спорт.
17. Сила.
18. Скоростные способности.
19. Координационные способности.
20. Гибкость.
21. Выносливость.

### **ОПРОС «Средства и методы физического воспитания» (КИМ №3)**

1. Основное и дополнительные средства физического воспитания.
2. Физическое упражнение.
3. Гигиенические факторы.
4. Естественные силы природы.
5. Оздоровительное значение физических упражнений.
6. Образовательная роль физических упражнений.
7. Влияние физических упражнений на личность.
8. Техника физических упражнений.
9. Фазы физического упражнения.
10. Пространственные характеристики физического упражнения.
11. Временные характеристики физического упражнения.
12. Пространственно-временные характеристики физического упражнения.
13. Динамические характеристики.
14. Критерии оценки эффективности техники.
15. Классификация физических упражнений по историческому признаку.
16. Классификация физических упражнений по анатомическому признаку.
17. Классификация физических упражнений по направленности на воспитание отдельных физических качеств.
18. Классификация физических упражнений по признаку биомеханической структуры движения.
19. Классификация физических упражнений по признаку физиологических зон мощности.
20. Классификация физических упражнений по признаку спортивной специализации.
21. Специфические методы физического воспитания.
22. Общепедагогические методы физического воспитания.
23. Целостный метод.
24. Метод «по частям».
25. Метод сопряженного воздействия.
26. Методы воспитания физических качеств.
27. Метод переменного упражнения.
28. Метод стандартного упражнения.
29. Круговой метод.
30. Игровой метод.
31. Соревновательный метод.
32. Словесные методы.
33. Метод непосредственной наглядности.
34. Метод опосредованной наглядности.
35. Метод прочувствования двигательного действия.
36. Метод срочной информации.



## КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА «Принципы физического воспитания» (КИМ №4)

**Задание 1. Посмотрите фильм «Тренер Картер».**

**Задание 2. Заполните предложенный бланк анализа фильма «Тренер Картер»**

Фамилия И. \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

### Анализ фильма «Тренер Картер»

1. Охарактеризуйте стили педагогического общения тренера Картера и дайте обоснование (поставьте процент присутствия каждого стиля из 100%):

<b>авторитарный стиль, %</b>	<b>попустительский стиль, %</b>	<b>демократический стиль, %</b>

Обоснование:

---

---

---

---

---

2. Напишите ситуацию, в которой явно прослеживается применение следующих методов воспитания:

- убеждение словом -

---

---

---

---

---

- убеждение делом -

---

---

---

---

---

- наглядный пример -

---

---

---

---

---

- поощрение -

---

---

---

---

---

- наказание -

---

---

---

---

- принуждение -

---

---

---

---

3. Напишите ситуации, в которых тренер Картер применяет следующие принципы обучения:

- сознательности и активности -

---

---

---

---

- возрастающей нагрузки -

---

---

---

---

- систематичности -

---

---

---

---

- непрерывности -

---

---

---

---

- индивидуализации -

---

---

---

---

- наглядности -

---

---

---

---

- доступности -

---

---

---

---

---

---

---

- прочности -

---

---

---

---

---

---

---

- цикличности -

---

---

---

---

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**  
**«Теория и методика обучения двигательным действиям,**  
**спортивная тренировка как многолетний процесс» (КИМ №5)**

1 вариант:

1. Спортивная тренировка.
2. Двигательное умение.
3. Четвертая стадия образования двигательного навыка.
4. Закон «плато» (задержки) в формировании навыка.
5. Закон переноса навыка.
6. Этап предварительной подготовки.
7. Этап углубленного разучивания двигательного действия.

2 вариант:

1. Спортивная тренировка.
2. Двигательный навык.
3. Вторая стадия образования двигательного навыка.
4. Закон отсутствия предела в формировании двигательного навыка.
5. Этап спортивного совершенствования.
6. Этап начального разучивания двигательного действия.
7. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия.

3 вариант:

1. Спортивная тренировка.
2. Схема овладения техникой двигательного действия.
3. Третья стадия образования двигательного навыка.
4. Закон угасания навыка.
5. Этап начальной спортивной специализации.
6. Этап спортивного долголетия.
7. Предпосылки изучения спортивной техники.

4 вариант:

1. Спортивная тренировка.
2. Факторы, влияющие на скорость перехода умения в навык.
3. Первая стадия образования двигательного навыка.

4. Пятая стадия образования двигательного навыка.
5. Закон изменения скорости в формировании навыка.
6. Спортивная тренировка как многолетний процесс.
7. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта.

**ОПРОС «Нагрузка и отдых в физическом воспитании.  
Педагогический контроль в физическом воспитании» (КИМ №6)**

1. Нагрузка.
2. Величина нагрузки.
3. Направленность нагрузки.
4. Координационная сложность нагрузки.
5. Динамика нагрузки.
6. «Внешняя» и «внутренняя» сторона нагрузки.
7. Разновидности отдыха.
8. Характер отдыха.
9. Контроль. Педагогический контроль.
10. Предварительный контроль.
11. Оперативный контроль.
12. Этапный контроль.
13. Текущий контроль.
14. Итоговый контроль.
15. Методы педагогического контроля, применяемые в практике физического воспитания.
16. Измерение частоты сердечных сокращений.
17. Измерение артериального давления.
18. Метод электрокардиографии.
19. Визуальный метод.

**ОПРОС «Средства, методы и основы методики развития гибкости» (КИМ №7)**

1. Определение «гибкость».
2. Определение «подвижность».
3. Активная и пассивная гибкость.
4. Динамическая и статическая гибкость.
5. Общая и специальная гибкость.
6. Факторы проявления гибкости.
7. Сенситивные периоды развития пассивной и активной гибкости.
8. Задачи развития гибкости.
9. Средства воспитания гибкости.
10. Активные, пассивные и статические упражнения, примеры.
11. Оптимальное соотношение использования упражнений на растягивание.
12. Количество занятий для воспитания гибкости.
13. Методы воспитания гибкости.
14. Контрольные упражнения для определения подвижности плечевого сустава.
15. Контрольные упражнения для определения подвижности позвоночного столба.
16. Контрольные упражнения для определения подвижности тазобедренного сустава.
17. Контрольные упражнения для определения подвижности коленного сустава.

## КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

### «Средства, методы и основы методики развития выносливости» (КИМ №8)

1 вариант:

1. Определение «выносливость».
2. Сущность закона суперкомпенсации.
3. Существующие формы проявления выносливости.
4. Сенситивные периоды развития выносливости.
5. Закон нивелирования, примеры.
6. Число повторений как компонент, характеризующий нагрузку на организм.
7. Метод повторного интервального упражнения.

2 вариант:

1. Определение «утомления».
2. Сущность закона суперкомпенсации.
3. Факторы проявления выносливости.
4. Закон нивелирования, примеры.
5. Средства воспитания выносливости, требования к ним.
6. Продолжительность интервалов отдыха как компонент, характеризующий нагрузку на организм.
7. Игровой метод.

3 вариант:

1. Фазы утомления.
2. Сущность закона суперкомпенсации.
3. Закон нивелирования, примеры.
4. Борьба с законом нивелирования.
5. Характер отдыха как компонент, характеризующий нагрузку на организм.
6. Метод круговой тренировки в режиме интервальной работы.
7. Внешние показатели выносливости в циклических упражнениях.

4 вариант:

1. Общая выносливость.
2. Сущность закона суперкомпенсации.
3. Закон нивелирования, примеры.
4. Продолжительность упражнения как компонент, характеризующий нагрузку на организм.
5. Метод круговой тренировки в режиме непрерывной работы.
6. Соревновательный метод.
7. Внешние показатели выносливости в силовых упражнениях.

5 вариант:

1. Специальная выносливость.
2. Сущность закона суперкомпенсации.
3. Закон нивелирования, примеры.
4. Компоненты, характеризующие нагрузку на организм.
5. Интенсивность упражнения как компонент, характеризующий нагрузку на организм.
6. Метод непрерывного упражнения.
7. Внутренние показатели выносливости.

**ОПРОС «Средства, методы и основы методики развития  
скоростных способностей» (КИМ №9)**

1. Определение «скоростные способности».
2. Элементарные формы проявления скоростных способностей.
3. Комплексные формы проявления скоростных способностей.
4. Факторы проявления скоростных способностей.
5. Сенситивные периоды развития скоростных способностей.
6. Простая двигательная реакция.
7. Упражнения для развития простой реакции.
8. Методы совершенствования быстроты реагирования.
9. Сложная двигательная реакция.
10. Скрытый период реакции на движущийся объект.
11. Реакция выбора.
12. Быстрота одиночного движения, примеры.
13. Средства воспитания быстроты одиночного движения.
14. Метод воспитания быстроты одиночного движения.
15. Высокий темп движений.
16. Скоростная напряженность.
17. Развитие способности к расслаблению.
18. Фазы в циклических спринтерских действиях.
19. Средства воспитания комплексных форм проявления скоростных способностей.
20. Методы воспитания комплексных форм проявления скоростных способностей.
21. «Скоростной барьер». Его предупреждение, преодоление.
22. Контрольные тесты для определения уровня развития скоростных способностей.

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**

**«Средства, методы и основы методики  
развития координационных способностей» (КИМ №10)**

1 вариант:

1. Понятие «координационные способности».
2. Сенситивные периоды развития координации.
3. Факторы проявления координационных способностей.
4. Эффективность упражнений на развитие координационных способностей.
5. Метод стандартно-повторного упражнения, примеры.
6. Контрольные упражнения для определения уровня развития координационных способностей.

2 вариант:

1. Понятие «координационные способности».
2. Средства воспитания координационных способностей, примеры.
3. Координационная напряженность. Ее преодоление.
4. Метод вариативного упражнения со строгой регламентацией, примеры.
5. Методические приемы для совершенствования динамического равновесия.
6. Принципы воспитания координационных способностей.

3 вариант:

1. Понятие «координационные способности».
2. Задачи развития координационных способностей.

3. Тоническая напряженность. Ее преодоление.
4. Методические приемы для совершенствования статического равновесия.
5. Метод вариативного упражнения с нестрогой регламентацией, примеры.
6. Показатели уровня развития координационных способностей.

### ТЕСТИРОВАНИЕ «Силовые способности и основы методики их развития» (КИМ №11)

ФИО \_\_\_\_\_

дата \_\_\_\_\_

1. Сила — это:

- 1) комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «мышечное усилие»;
- 2) способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в возможно короткое время;
- 3) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений);
- 4) способность человека проявлять большие мышечные усилия.

2. Абсолютная сила — это:

- 1) сила, проявляемая спортсменом при максимальном сокращении мышц без учета времени и массы собственного тела;
- 2) способность человека преодолевать внешнее сопротивление;
- 3) проявление максимального мышечного напряжения в статическом режиме работы мышц;
- 4) сила, проявляемая за счет активных волевых усилий человека.

3. Относительная сила — это:

- 1) сила, проявляемая одним человеком в сравнении с другим;
- 2) сила, приходящаяся на 1 см<sup>2</sup> физиологического поперечника мышцы;
- 3) максимальная сила, отнесенная к показателям массы тела спортсмена (обычно к 1 кг);
- 4) сила, проявляемая при выполнении одного упражнения сравнительно с другим физическим упражнением.

4. Наиболее благоприятным (сенситивным) периодом развития силы у мальчиков и юношей считается возраст:

- 1) 10-11 лет;
- 2) 11-12 лет;
- 3) от 13-14 до 17-18 лет;
- 4) 17-20 лет.

5. Наиболее благоприятным (сенситивным) периодом развития силы у девочек и девушек считается возраст:

- 1) 10-11 лет;
- 2) от 11-12 до 15-16 лет;
- 3) от 15-16 до 17-18 лет;
- 4) 18-19 лет.

6. Перечислите факторы, влияющие на проявление силы:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_

7. Заполните таблицу «Средства воспитания силы».

СРЕДСТВА ВОСПИТАНИЯ СИЛЫ	
Основные средства	Дополнительные средства
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	
5.	

8. Во второй колонке таблицы указаны различные виды силовых способностей, в третьей — их определения, которые даны в произвольном порядке. Необходимо дать (найти в третьей колонке) правильное определение каждому понятию и записать номер ответа в первую графу таблицы.

НОМЕР ОТВЕТА	ПОНЯТИЕ	ОПРЕДЕЛЕНИЕ
	Сила	1. Непредельные напряжения мышц, часто проявляемые с максимальной мощностью, в упражнениях, выполняемых со значительной скоростью.
	Силовая выносливость	2. Способность мышц к быстрому развитию рабочего усилия в начальный момент их напряжения.
	Скоростно-силовые способности	3. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).

	Взрывная сила	4. Сила, проявляемая при относительно медленных сокращениях мышц, в упражнениях, выполняемых с околопредельными, предельными отягощениями.
	Стартовая сила	5. Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величины.
	Ускоряющая сила	6. Сила, проявляемая при мышечных напряжениях изометрического типа (без изменения длины мышцы).
	Динамическая сила	7. Способность мышц к быстрой наращиванию рабочего усилия в условиях их начавшегося сокращения.
	Статическая сила	8. Способность человека по ходу выполнения двигательного действия достигать максимальных показателей силы в возможно короткое время.

9. Заполните таблицу «Методы воспитания силы и их характеристика».

Методы воспитания силы	Характеристика

10. Укажите вес отягощений и количество повторений упражнений при воспитании силы.

Направленность в развитии силы	Вес отягощения, % от максимума	Количество повторений упражнения
Преимущественное развитие максимальной силы		
Преимущественное увеличение мышечной массы с одновременным приростом максимальной силы		
Уменьшение жирового компонента массы тела и совершенствование силовой выносливости		
Совершенствование силовой выносливости и рельефа мышц		
Совершенствование скорости отягощенных движений		
Совершенствование взрывной силы		

## ТЕСТИРОВАНИЕ «Формы организации занятий в физическом воспитании. Структура урока и характеристика его частей. Анализ урока» (КИМ №12)

1. Под формами занятий в физическом воспитании понимают:

- 1) способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи (взаимодействия) преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий;
- 2) упорядоченные виды деятельности преподавателя (тренера) и учащихся, направленные на достижение заданной цели обучения;
- 3) совокупность путей, способов достижения целей, решения задач образования;
- 4) виды учебных занятий с целью совершенствования двигательных умений, навыков и развития физических качеств.

2. По особенностям организации занимающихся и способам руководства ими занятия по физическому воспитанию подразделяются на две группы:

- 1) уроки физической культуры и спортивно-тренировочные занятия;
- 2) урочные и неурочные формы занятий физическими упражнениями;
- 3) занятия, проводимые преподавателем (тренером) и самими занимающимися (самостоятельно);
- 4) образовательные и оздоровительные формы занятий физическими упражнениями.



3. Выберите из перечисленных ниже основную форму организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе:

- 1) урок физической культуры;
- 2) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня;
- 3) массовые спортивные и туристские мероприятия;
- 4) тренировочное занятие в спортивной секции.

4. В физическом воспитании широкое использование словесных и наглядных методов, невысокая «моторная» плотность характерны для:

- 1) уроков закрепления и совершенствования учебного материала;
- 2) контрольных уроков;
- 3) уроков общей физической подготовки;
- 4) уроков освоения нового материала.

5. Заполните таблицу «Составные части урока физической культуры и их назначение (структура урока)».

<b>СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ УРОКА</b>	<b>НАЗНАЧЕНИЕ</b>

6. Впишите в таблицу типы уроков физической культуры, различающихся по признаку основной направленности, и укажите их основную направленность (назначение):

<b>ТИП УРОКА</b>	<b>НАПРАВЛЕННОСТЬ (НАЗНАЧЕНИЕ) УРОКА</b>

7. По признаку решаемых задач различают следующие типы уроков физической культуры:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_

8. Заполните таблицу «Неурочные формы занятий физическими упражнениями».

<b>НЕУРОЧНЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ</b>		

**ТЕСТИРОВАНИЕ «Планирование в физическом воспитании.  
Характеристика основных документов планирования » (КИМ №13)**

1. Планирование в физическом воспитании — это:

- 1) заранее намеченная система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;
- 2) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;
- 3) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;
- 4) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.

2. Учебные планы и программы по физическому воспитанию для общеобразовательных школ разрабатываются:

- 1) директором школы;
- 2) зам. директора школы по учебной работе;
- 3) учителем физической культуры;
- 4) государственными органами (министерствами, комитетами).

3. Основным (исходным) документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является:

- 1) учебная программа по физическому воспитанию;
- 2) учебный план;
- 3) поурочный рабочий (тематический) план;
- 4) план педагогического контроля и учета.

4. Выберите из перечисленных ниже документ планирования, который включает в себя: 1) конкретные учебно-воспитательные задачи урока; 2) теоретические сведения по физическому воспитанию; 3) основные средства физического воспитания, способы их применения и величины нагрузок на каждый урок; 4) контрольные упражнения (тесты):

- 1) учебная программа по физическому воспитанию;
- 2) учебный план;
- 3) поурочный рабочий (тематический) план;
- 4) общий план работы по физическому воспитанию.

5. Укажите методическую последовательность планирования в физическом воспитании:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

6. Заполните таблицу «Основные документы планирования в физическом воспитании и их характеристика».

<b>ОСНОВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ ПЛАНИРОВАНИЯ</b>	<b>ХАРАКТЕРИСТИКА</b>

### **СОСТАВЛЕНИЕ УЧЕБНЫХ ПЛАНОВ (КИМ №14)**

Задание 1. Составьте тематический план на 10 занятий для учащихся школы. Выбор класса и времени года остается на Ваше усмотрение.

Задание 2. Составьте план-конспект одного из уроков подготовленного тематического плана.

### **ПОДБОР ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (КИМ №15)**

Задание 1. Выпишите из тематического плана задачи уроков.

Задание 2. Подберите общеразвивающие упражнения для проведения подготовительной части урока (не менее 50).

Задание 3. Подберите подводящие упражнения для проведения основной части урока.

Задание 4. Подберите 5 игр, которые можно провести в заключительной части урока с целью снижения частоты сердечных сокращений, физического и морального восстановления учащихся.

### **ПРОВЕДЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ: ПУЛЬСОМЕТРИИ (КИМ №16)**

Задание 1. Проведите пульсометрию учащихся на учебном занятии.

Задание 2. Заполните предложенный бланк.

## ПРОТОКОЛ ПУЛЬСОМЕТРИИ

урока № \_\_\_\_\_ по физической культуре для учащихся \_\_\_\_\_ класса

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Ф.И.исследуемого: \_\_\_\_\_

Преподаватель: \_\_\_\_\_

Оборудование: \_\_\_\_\_

Задачи урока:

---

---

---

---

---

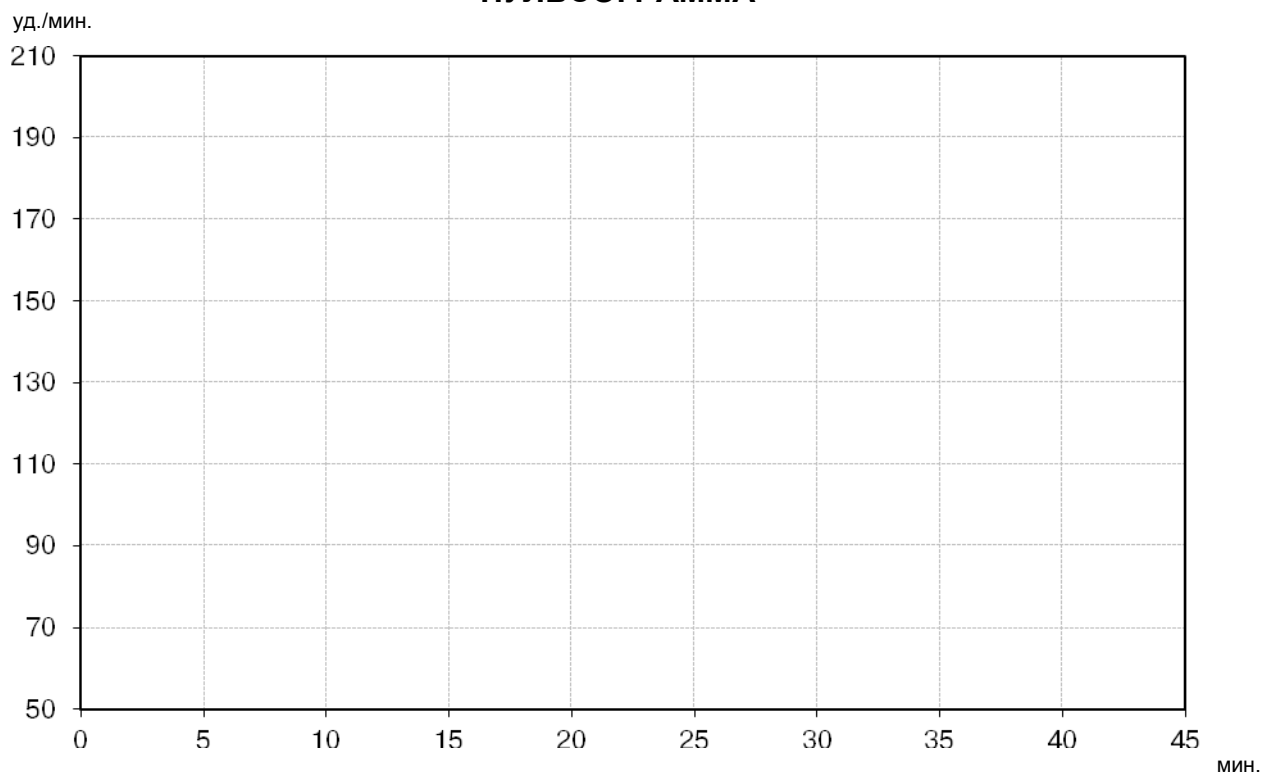
---

---

---

	Вид деятельности	Время	ЧСС	
			10"	1'
1.	В начале урока	0:00		
<b>I.</b>	<b>ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ</b>			
2.				
<b>II.</b>	<b>ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ</b>			
<b>III.</b>	<b>ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ</b>			

## ПУЛЬСОГРАММА



**Вывод:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### ПРОВЕДЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ: ХРОНОМЕТРИРОВАНИЕ (КИМ №17)

Задание 1. Проведите хронометрирование учебного занятия.

Задание 2. Заполните предложенный бланк.

## ПРОТОКОЛ ХРОНОМЕТРИРОВАНИЯ

урока № \_\_\_\_\_ по физической культуре для учащихся \_\_\_\_\_ класса

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Ф.И.исследуемого: \_\_\_\_\_

Преподаватель: \_\_\_\_\_

Оборудование: \_\_\_\_\_

Задачи урока:

---



---



---



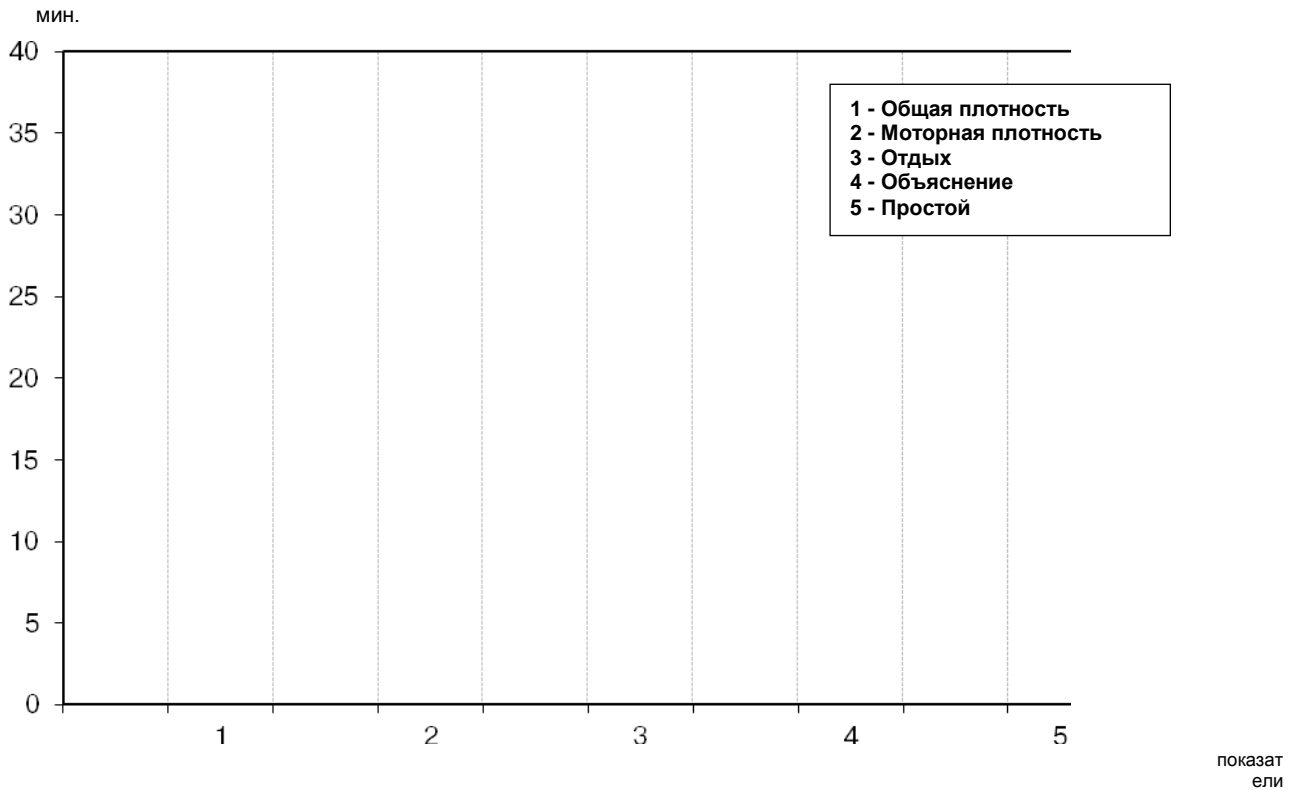
---



---

№	Содержание	Время окончания	Объяснение	Время выполнения	Вспомогательные действия	Отдых	Простой	Примечания
<i>Всего:</i>								

## ХРОНОГРАММА



Общая плотность: $(40 \text{ мин} - \text{простой}) / 40 \times 100\% =$	Моторная плотность: Время выполнения / $40 \times 100\% =$
---	---

### **Вывод:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## **ПРОВЕДЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ: АНАЛИЗА УРОКА (КИМ №18)**

Задание 1. Проведите анализ деятельности учителя и учащихся на учебном занятии.

Задание 2. Заполните бланк, используя предложенные критерии.





### *Критерии анализа урока:*

1. Определение и конкретная формулировка учебно-воспитательных задач: (ознакомление, разучивание, повторение). Соответствуют ли они программным требованиям, условиям проведения занятия, физической подготовленности учащихся.

2. Подготовка мест занятий, санитарно-гигиеническое состояние спортзала, спортивная форма учащихся (однородность, опрятность и т.д.)

3. Своевременное начало и окончание урока, четкость перестроений в ходе занятий, подведение итогов.

4. Распределение времени по частям урока. Последовательность подготовки организма учащихся к выполнению основной работы. Соответствие подобранных физических упражнений и действий для решения основной задачи урока.

5. Плотность занятий (объяснение, показ, выполнение заданий, простой, методические указания).

6. Дозирование физической нагрузки (число повторений, темп, продолжительность выполнения упражнения).

7. Реализация дидактических принципов обучения (доступности, индивидуализации, возрастной адекватности и пр.).

8. Проявление деятельности привлечения на уроке активистов, помощников из числа учащихся.

9. Осуществление помощи и (страховки).

10. Использование наглядных пособий и технических средств обучения.

11. Формирование навыков самостоятельной работы учащихся. Понимание назначения данного упражнения и его влияния на организм. Знание правил его выполнения и дозировка нагрузки.

12. Элемент эстетического воспитания (точность, выразительность движения, правильная, красивая осанка).

13. Характер выполнения учащимися заданий (качественно, осмысленно, добровольно, активно и т.п.)

14. Поведение учащихся. Взаимоотношения с учителем.

15. Выбор учителем места на уроке. Характер ведения урока: умеренно, живо, вяло, неуверенно. Проявление требовательности к учащимся. Педагогический такт.

16. Уровень усвоения учебного материала урока.

17. Применяемые методы: фронтальный, групповой, индивидуальный.

18. Какие методы обучения применяются: игровой, соревновательный, рассказ, показ.

### **СОСТАВЛЕНИЕ И ЗАЩИТА ДОКЛАДОВ И ПРЕЗЕНТАЦИЙ ПО ВОЗРАСТНЫМ АСПЕКТАМ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА (КИМ №19)**

1. Физическое воспитание детей раннего возраста.
2. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.
3. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста.
4. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста.
5. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста.
6. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
7. Физическое воспитание в семье.
8. Физическое воспитание в системе внешкольных учреждений.
9. Физическое воспитание студентов – 3 человека (3 группы).
10. Физическое воспитание в период трудовой деятельности.
11. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте.
12. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

В каждом вопросе необходимо раскрыть:

- задачи физического воспитания в данном возрасте;
- требования, предъявляемые к физическому развитию в данном возрасте, к формированию знаний, умений и навыков, к участию представителей конкретного возрастного контингента в спортивно-массовой работе и т.д.;
- средства физического воспитания в данном возрасте;
- формы занятий, применяемые на данном этапе;
- объем физкультурно-спортивной деятельности.

### **СОСТАВЛЕНИЕ ТАБЛИЦЫ «Физическое воспитание населения в различном возрасте» (КИМ №20)**

**Задание: составьте таблицу, отражающую средства, методы и особенности физического воспитания в следующем возрасте:**

1. Физическое воспитание детей раннего возраста.
2. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.
3. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста.
4. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста.
5. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста.
6. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
7. Физическое воспитание в семье.
8. Физическое воспитание в системе внешкольных учреждений.
9. Физическое воспитание студентов – 3 человека (3 группы).
10. Физическое воспитание в период трудовой деятельности.
11. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте.
12. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

## ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (КИМ №21)

1. Цель, задачи, принципы и основы отечественной системы физической культуры.
2. Общепедагогические методы физического воспитания.
3. Физическое упражнение как основное средство ФВ. Техника физического упражнения. Классификации физических упражнений.
4. Физическая нагрузка и отдых в процессе выполнения физических упражнений. Показатели нагрузки. «Внешняя» и «внутренняя» стороны физической нагрузки. Фазы восстановления. Интервалы отдыха.
5. Методы обеспечения наглядности в процессе физического воспитания.
6. Методы строго регламентированного упражнения.
7. Игровой и соревновательный методы физического воспитания.
8. Двигательное умение и двигательный навык. Стадии и законы формирования двигательного навыка.
9. Развитие силовых способностей. Основные понятия, средства, методы и основы методики.
10. Развитие скоростных способностей. Основные понятия, средства, методы и основы методики.
11. Развитие гибкости. Основные понятия, средства, методы и основы методики.
12. Развитие координационных способностей. Основные понятия, средства, методы и основы методики.
13. Развитие выносливости. Основные понятия, средства, методы и основы методики.
14. Структура урока и характеристика его частей. Анализ урока.
15. Планирование в физическом воспитании. Методическая последовательность. Основные документы планирования.
16. Педагогический контроль в ФВ. Виды пед. контроля, их содержание и функциональное назначение. Методы контроля.
17. Особенности методики ФВ детей раннего и дошкольного возраста.
18. Особенности методики ФВ учащихся младшего школьного возраста.
19. Особенности методики ФВ учащихся среднего и старшего школьного возраста.
20. Особенности методики ФВ студенческой молодежи.
21. Оздоровительные занятия ФУ в основной период трудовой деятельности.
22. Оздоровительные занятия ФУ в пожилом и старшем возрасте.
23. Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания.
24. Словесные методы физического воспитания.
25. Методика проведения отдельных частей занятия по физической культуре.
26. Принципы физического воспитания.
27. Структура малых тренировочных циклов (микроциклов).
28. Структура средних тренировочных циклов (мезоциклов).
29. Структура макроциклов, особенности тренировки в различные периоды макроцикла.
30. Спортивная тренировка как многолетний процесс.