

Минобрнауки России
Бузулукский гуманитарно-технологический институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего профессионального образования
«Оренбургский государственный университет»

Кафедра педагогического образования

Фонд
оценочных средств
по дисциплине «*Теория и технологии физического воспитания детей*»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование
(код и наименование направления подготовки)

Начальное образование
(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Год набора 2023

Фонд оценочных средств предназначен для контроля знаний, обучающихся по направлению подготовки *44.03.01 Педагогическое образование* по дисциплине «Теория и технологии физического воспитания детей».

Фонд оценочных средств рассмотрен и утвержден на заседании кафедры биологии и техносферной безопасности, протокол № 9 от 19.05.2023 г.

Заведующий кафедрой  А.Н. Егоров

Исполнитель  А.П. Девяткина

Раздел 1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Формируемые компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Виды оценочных средств/ шифр раздела в данном документе
<p>ОПК-5: Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении</p>	<p>ОПК-5-В-1 Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к планируемым результатам обучающихся в конкретной предметной области</p>	<p><u>Знать:</u> формы и методы контроля и оценки здоровья детей, способы объективного оценивания знаний обучающихся физической культуре на основе тестирования том числе ИКТ.</p>	<p>Блок А – задания репродуктивного уровня А0 Фонд тестовых заданий А1 Вопросы для опроса</p>
	<p>ОПК-5-В-2 Обеспечивает объективность и достоверность оценки планируемых результатов освоения программы начального образования обучающихся в конкретной предметной области</p>	<p><u>Уметь:</u> контролировать результаты образовательной деятельности физического воспитания детей.</p>	<p>Блок Б – задания реконструктивного уровня Перечень практических заданий</p>
	<p>ОПК-5-В-3 Выявляет и корректирует трудности в достижении планируемых результатов освоения программы начального образования, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса</p>	<p><u>Владеть:</u> современными способами контроля и оценки физического воспитания в условиях психолого-педагогические технологий и информационно-коммуникационных технологий.</p>	<p>Блок С – задания практико-ориентированного и/или исследовательского уровня Подготовка и защита рефератов.</p>

Формируемые компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Виды оценочных средств/ шифр раздела в данном документе
<p>ОПК-6: Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями и</p>	<p>ОПК-6-В-1 Осуществляет отбор и применяет психолого-педагогические технологии с учетом индивидуальных особенностей обучающихся</p>	<p><u>Знать:</u> Основы содержания психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>	<p>Блок А – задания репродуктивного уровня А0 Фонд тестовых заданий А1 Вопросы для опроса</p>
	<p>ОПК-6-В-2 Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся</p>	<p><u>Уметь:</u> использовать психолого-педагогические технологии, методы и средства физического воспитания, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся</p>	<p>Блок Б – задания реконструктивного уровня Перечень практических заданий</p>
	<p>ОПК-6-В-3 Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями обучающихся и особенностями их развития</p>	<p><u>Владеть:</u> психолого-педагогическими технологиями, методами и средствами физического воспитания с целью обеспечения планируемого уровня личностного и профессионального развития обучающегося с учетом индивидуальных особенностей.</p>	<p>Блок С – задания практико-ориентированного и/или исследовательского уровня Подготовка и защита рефератов.</p>

Раздел 2 - Оценочные средства

А.0 Фонд тестовых заданий по дисциплине

Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания детей.

1. В биологическом направлении теории и методики физического воспитания изучается:

а. влияние двигательной активности на процесс жизнедеятельности организма человека; нормы двигательной активности для достижения оптимального функционирования органов и систем; адаптация организма к двигательной активности различной по объему и интенсивности;

б. причины возникновения физического воспитания, его роль и место как социальной подсистемы в жизни человека и общества в настоящее время, соотношение физического воспитания с другими социальными явлениями;

с. общие закономерности управления процессом физического воспитания и его разновидностей.

2. В педагогическом направлении теории и методики физического воспитания изучается:

а. причины возникновения физического воспитания, его роль и место как социальной подсистемы в жизни человека и общества в настоящее время, соотношение физического воспитания с другими социальными явлениями

б. влияние двигательной активности на процесс жизнедеятельности организма человека; нормы двигательной активности для достижения оптимального функционирования органов и систем; адаптация организма к двигательной активности различной по объему и интенсивности

с. общие закономерности управления процессом физического воспитания и его разновидностей.

3. В социологическом направлении теории и методики физического воспитания изучается:

а. причины возникновения физического воспитания, его роль и место как социальной подсистемы в жизни человека и общества в настоящее время, соотношение физического воспитания с другими социальными явлениями;

б. влияние двигательной активности на процесс жизнедеятельности организма человека; нормы двигательной активности для достижения оптимального функционирования органов и систем; адаптация организма к двигательной активности различной по объему и интенсивности;

с. общие закономерности управления процессом физического воспитания и его разновидностей.

4. К конкретным задачам в физическом воспитании, которые отражают многогранность процесса воспитания, этапы возрастного развития воспитываемых, уровень их подготовленности, условия достижения намеченных результатов, относятся:

а. развивающие и педагогические;

б. образовательные и общепедагогические;

с. специфические и воспитывающие;

д. специфические и общепедагогические.

5. Общее физическое воспитание обеспечивает:

- a. возможность специализироваться в избранном виде физических упражнений и достигать в них максимальных результатов;
 - b. укрепление здоровья и поддержание работоспособности в учебной или трудовой деятельности;
 - c. тот характер и уровень физической готовности, который необходим человеку в конкретном виде трудовой или военной деятельности.
6. Принцип оздоровительной направленности обязывает:
- a. планировать и регулировать тренировочные нагрузки в зависимости от пола, возраста, уровня подготовленности занимающихся;
 - b. готовить человека к трудовой, а также в силу необходимости к военной деятельности;
 - c. обеспечивать единство общей и специальной физической подготовки.
7. Приобретение базовых знаний научно-практического характера относится к:
- a. общепедагогическим задачам;
 - b. специальным образовательным задачам физического воспитания;
 - c. задачам по оптимизации физического развития.
8. Сущность принципа оздоровительной направленности заключается в:
- a. обеспечении единства всех сторон воспитания, формирующих гармонически развитую личность, и комплексном использовании различных факторов физической культуры для полного общего развития свойственных человеку жизненно важных физических качеств;
 - b. обязательном достижении эффекта укрепления и совершенствования здоровья человека;
 - c. готовности человека к трудовой, а также в силу необходимости к военной деятельности.
9. Сущность принципа связи физического воспитания с практикой жизни (принцип прикладности) заключается в:
- a. готовности человека к трудовой, а также в силу необходимости к военной деятельности;
 - b. обязательном достижении эффекта укрепления и совершенствования здоровья человека;
 - c. обеспечении единства всех сторон воспитания, формирующих гармонически развитую личность, и комплексном использовании различных факторов физической культуры для полного общего развития свойственных человеку жизненно важных физических качеств.
10. Сущность принципа содействия всестороннему и гармоничному развитию личности заключается в:
- a. обеспечении единства всех сторон воспитания, формирующих гармонически развитую личность, и комплексном использовании различных факторов физической культуры для полного общего развития свойственных человеку жизненно важных физических качеств;
 - b. готовности человека к трудовой, а также в силу необходимости к военной деятельности;
 - c. обязательном достижении эффекта укрепления и совершенствования здоровья человека.
11. Физическое воспитание с профессиональной направленностью обеспечивает:

а. тот характер и уровень физической готовности, который необходим человеку в конкретном виде трудовой или военной деятельности;

б. возможность специализироваться в избранном виде физических упражнений и достигать в них максимальных результатов;

с. укрепление здоровья и поддержание работоспособности в учебной или трудовой деятельности.

12. Физическое воспитание со спортивной направленностью обеспечивает:

а. возможность специализироваться в избранном виде физических упражнений и достигать в них максимальных результатов;

б. тот характер и уровень физической готовности, который необходим человеку в конкретном виде трудовой или военной деятельности;

с. укрепление здоровья и поддержание работоспособности в учебной или трудовой деятельности.

13. Физическое воспитание, направленное на подготовку к высоким достижениям в избранном виде спорта, называют:

а. спортивной гимнастикой;

б. спортивной тренировкой;

с. физической подготовкой;

14. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка - это наука о:

а. закономерностях управления процессом физического совершенствования ребёнка;

б. развитию и воспитании ребёнка;

с. психофизическом развитии ребёнка;

д. развитию способностей ребёнка.

15. Физическое воспитание это:

а. педагогический процесс, направленный на формирование у детей;

б. двигательных умений, навыков, физических качеств и специальных знаний в области физической культуры;

с. педагогический процесс, направленный на физическое развитие воспитанника;

д. процесс развития двигательных способностей детей;

е. физическая подготовка детей к школе.

16. Основоположником системы физического воспитания в России является:

а. И.А.Аршавский;

б. П.Ф.Лесгаф;

с. А.В.Запороже;

д. Н.А.Бернштейн.

17. Какие из перечисленных позиций не относятся к средствам физического воспитания:

а. биоэкологические факторы;

б. психогигиенические факторы;

с. физические упражнения;

д. занятия с детьми.

18. В процессе физического воспитания реализуются следующие группы задач:

а. воспитательные;

б. стимулирующие;

- c. оздоровительные;
- d. образовательные.

19. В процессе физического воспитания у детей развиваются следующие физические качества: (выделите один ошибочный ответ):

- a. быстрота;
- b. выносливость;
- c. ловкость;
- d. выдержка.

20. К наглядному методу обучения физическим упражнениям относятся следующие приёмы (выделите один ошибочный ответ):

- a. показ;
- b. зрительные ориентиры;
- c. имитация;
- d. объяснение.

21. (выделите один ошибочный ответ) К словесному методу обучения физическим упражнениям относятся следующие приёмы:

- a. описание;
- b. команда;
- c. оценка;
- d. помощь и страховка.

22. На этапе закрепления и совершенствования двигательного навыка используются следующий приём:

- a. показ;
- b. соревновательный приём;
- c. помощь детям;
- d. описание.

23. (выделите один ошибочный ответ)

На первом этапе формирования двигательного навыка проявляются следующие особенности:

- a. движения экономные, свободные, достаточно чёткие;
- b. неуверенность в движениях, неточность в пространстве и во времени;
- c. попеременное улучшение и ухудшение качества движений;
- d. излишнее мышечное напряжение.

24. Какие виды гимнастики рекомендуется Программой воспитания и обучения детей?

- a. спортивная и лечебная ;
- b. акробатика и общеразвивающая;
- c. общеразвивающая и лечебная ;
- d. спортивная и акробатика.

25. В каких возрастных группах по «Программе воспитания и обучения детей» следует обучать детей прыжкам в высоту и длину с разбега?

- a. младшей и средней;
- b. средней и старшей;
- c. старшей и подготовительной;
- d. во всех, начиная со 2 младшей.

26. Гиподинамия – это:

- a. высокий режим двигательной активности;

- b. совокупность отрицательных морфофункциональных изменений в организме вследствие недостаточной двигательной активности;
- c. снижение интереса у ребёнка к движению;
- d. запрет педагога на двигательную деятельность, вызванный объективными причинами.

Раздел 2. Основы обучения и развития детей в процессе физического воспитания.

1. Физическая подготовленность – это:

- a. процесс изменения форм и функций организма под влиянием условий жизни и воспитания;
- b. уровень качества выполнения физических упражнений;
- c. профессиональная направленность физического воспитания;
- d. уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств.

2. Процесс онтогенетических изменений естественных морфофункциональных свойств организма ребенка и основанных на них психофизических качеств

- a. физическая подготовленность;
- b. физическое воспитание;
- c. физическое развитие;
- d. двигательная активность.

3. Специальные движения и относящиеся к ним сложные виды деятельности ребенка, используемые в качестве средств физического воспитания

- a. подвижные игры;
- b. спортивные игры;
- c. гимнастика;
- d. физические упражнения.

4. Педагогический процесс, нацеленный на наличие комплекса следующих факторов: двигательных навыков, воспитание психических и физических качеств, достижение физического идеала – это

- a. физическое воспитание;
- b. физическая культура;
- c. физическое образование;
- d. физическое развитие.

5. Владение комплексом научных познаний в сфере физической культуры, двигательными умениями и навыками, развитие телесной рефлексии

- a. физическое образование;
- b. физическое воспитание;
- c. физическая подготовленность;
- d. физическое развитие.

6. Соответствие уровня развития двигательных умений и навыков детей требованиям нормативных документов называется

- a. физическая подготовка;
- b. физическая подготовленность;
- c. двигательная деятельность;
- d. физическое образование.

7. Часть физической культуры, характеризующаяся тяжелыми физическими и психологическими нагрузками, цель которой – достижение высоких результатов – это:

- a. физическая культура;

- b. соревнование ;
- c. физическая подготовка;
- d. спорт.

8. Сторона физического воспитания, содержащая в себе овладение специальными знаниями, двигательными навыками и умениями:

- a. физическое образование;
- b. физическая подготовленность;
- c. физическая подготовка;
- d. физическое воспитание.

9. Определите наиболее точное определение понятия «физическая культура»:

a. это часть общей культуры народа;

b. это совокупность материальных и духовных ценностей общества, которые накоплены, создаются и используются для физического совершенствования людей;

- c. система физических упражнений;
- d. учебная дисциплина в образовательных учреждениях.

10. В содержание физического воспитания входит:

- a. методы и приемы физического воспитания;
- b. подвижные игры;
- c. режим дня в детском саду;
- d. упражнения в основных движениях.

11. Какие средства физического воспитания используются для решения оздоровительных задач:

- a. рациональный режим;
- b. полноценное питание;
- c. социально-бытовые факторы;
- d. художественные средства.

12. Какие средства физического воспитания используются для решения образовательных задач:

- a. пример взрослого человека ;
- b. оздоровительные силы природы ;
- c. художественные средства;
- d. г) собственная деятельность.

13. Какие средства физического воспитания используются для решения воспитательных задач:

- a. разнообразная деятельность детей;
- b. игры;
- c. физические упражнения ;
- d. художественная литература.

14. Какие группы задач выделяются в системе физического воспитания:

- a. воспитательные;
- b. развивающие;
- c. оздоровительные;
- d. образовательные .

15. Назовите исследователей теории физического воспитания:

- a. П.Ф. Лесгафт;
- b. Г.В. Хухлаева;
- c. Т. И. Осокина;

d. С.А Козлова .

16. Какие задачи относятся к группе образовательных задач физического воспитания:

- a. формирование навыков выполнения основных движений;
- b. охрана и укрепление здоровья;
- c. формирование представлений о своем организме и здоровье;
- d. воспитание воли, смелости, дисциплинированности.

17. Какие группы культурно-гигиенических навыков входят в содержание воспитания до-школьников:

- a. навыки управления собственным поведением, дисциплинированность;
- b. навыки поддержания порядка в окружающей обстановке;
- c. навыки культуры питания;
- d. навыки поддержания чистоты тела.

18. Какие навыки входят в группу навыков культуры еды:

- a. правильно пережевывать пищу, пользоваться салфеткой;
- b. правильно держать ложку, вилку, хлеб ;
- c. благодарить за прием пищи;
- d. пропускать вперед маленьких детей, девочек.

19. Выберите принципы формирования культурно-гигиенических навыков:

- a. наличие алгоритмизации выполнения процедур;
- b. создание условий для самостоятельности ребенка;
- c. пример взрослого;
- d. создание ситуаций наглядно демонстрирующих эффект бытовых процедур.

20. Назовите методы формирования культурно-гигиенических навыков в детском саду:

- a. упражнение;
- b. художественное слово;
- c. игровые приемы;
- d. эксперимент.

21. Назовите основные компоненты образовательного процесса, которые входят в содержание первой половины дня:

- a. утренний прием;
- b. прогулка;
- c. полдник;
- d. занятия.

22. Определите причину распределения содержания деятельности детей на прогулке по этапам:

необходимость чередования спокойной деятельности и двигательной активности;

- алгоритмизация режимного процесса;
- соблюдение дисциплины;
- требования родителей .

23. Какие компоненты входят в содержание прогулки:

- a. наблюдения;
- b. подвижные игры;
- c. спортивные развлечения;
- d. дежурства.

Раздел 3. Технологии физического воспитания детей.

1. Длительность выполнения упражнений и его отдельных элементов, отдельных статических положений и темп движения, относится к:
 - a. ритмическим характеристикам двигательных действий;
 - b. пространственным характеристикам двигательных действий;
 - c. пространственно-временным характеристикам двигательных действий;
 - d. временным характеристикам двигательных действий.
2. Исходное положение и положения тела и его частей во время выполнения упражнения, траектория движения относятся к:
 - a. временным характеристикам двигательных действий;
 - b. пространственным характеристикам двигательных действий;
 - c. ритмическим характеристикам двигательных действий;
 - d. пространственно-временным характеристикам двигательных действий.
3. К скоростно-силовым видам упражнений, характеризующиеся максимальной мощностью усилий, относятся:
 - a. спортивные игры, борьба, бокс, фехтование;
 - b. бег на короткие дистанции, прыжки, метания;
 - c. бег на средние и длинные дистанции, лыжные гонки, плавание;
 - d. акробатические и гимнастические упражнения, прыжки в воду, фигурное катание на коньках.
4. К упражнениям, требующим высокой координации движений, относятся:
 - a. бег на средние и длинные дистанции, лыжные гонки, плавание;
 - b. бег на короткие дистанции, прыжки, метания;
 - c. акробатические и гимнастические упражнения, прыжки в воду, фигурное катание на коньках;
 - d. спортивные игры, борьба, бокс, фехтование.
5. Метод переменного-интервального упражнения характеризуется:
 - a. обязательным достижением эффекта укрепления и совершенствования здоровья человека;
 - b. наличием различных интервалов отдыха между нагрузками;
 - c. мышечной деятельностью, осуществляемой в режиме с изменяющейся интенсивностью.
6. Метод переменного-непрерывного упражнения характеризуется:
 - a. мышечной деятельностью, осуществляемой в режиме с изменяющейся интенсивностью;
 - b. обязательным достижением эффекта укрепления и совершенствования здоровья человека;
 - c. наличием различных интервалов отдыха между нагрузками.
7. Метод, предусматривающий четкое, выразительное, образное раскрытие признаков и свойств предметов, их величины, расположения в пространстве, форм, сообщение о характере протекания явлений, событий, называется:
 - a. объяснением;
 - b. дидактическим рассказом;
 - c. описанием;
 - d. беседой.

8. Метод, сущность которого состоит в том, что техника двигательного действия совершенствуется в условиях, требующих увеличения физических усилий, называется:

- a. методом сопряженного воздействия;
- b. методом переменного упражнения;
- c. расчлененно-конструктивным методом;
- d. методом стандартного упражнения.

9. Способ выполнения движения, с помощью которого решается двигательная задача, называется:

- a. содержанием физических упражнений;
- b. формой физических упражнений;
- c. техникой физических упражнений.

10. Сущность игрового метода заключается в:

- a. использовании соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности занимающихся;
- b. последовательном выполнении специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы;
- c. организации двигательной деятельности занимающихся на основе содержания, условий и правил игры.

11. Сущность кругового метода заключается в:

- a. организации двигательной деятельности занимающихся на основе содержания, условий и правил игры;
- b. последовательном выполнении специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы;
- c. использовании соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности занимающихся.

12. Сущность соревновательного метода заключается в:

- a. использовании соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности занимающихся;
- b. последовательном выполнении специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы;
- c. организации двигательной деятельности занимающихся на основе содержания, условий и правил игры.

13. Упражнения циклического характера на выносливость включают:

- a. спортивные игры, борьба, бокс, фехтование;
- b. бег на короткие дистанции, прыжки, метания;
- c. бег на средние и длинные дистанции, лыжные гонки, плавание;
- d. акробатические и гимнастические упражнения, прыжки в воду, фигурное катание на коньках.

14. Упражнения, требующие комплексного проявления физических качеств и двигательных навыков в условиях переменных режимов двигательной деятельности, непрерывных изменений ситуаций и форм действий, включают:

Выберите один ответ:

- a. спортивные игры, борьба, бокс, фехтование;
- b. бег на средние и длинные дистанции, лыжные гонки, плавание;

- c. бег на короткие дистанции, прыжки, метания;
 - d. акробатические и гимнастические упражнения, прыжки в воду, фигурное катание на коньках.
15. Целостный метод (метод целостно-конструктивного упражнения) относится к:
- a. методам наглядного воздействия;
 - b. словесным методам;
 - c. методам обучения двигательным действиям;
 - d. методы воспитания физических качеств.
16. Какие основные движения относятся к циклическим?
- a. прыжки и метание;
 - b. ходьба и прыжки;
 - c. бег и ходьба⁴
 - d. метание и бег.
17. Подводящие это упражнения:
- a. осуществляющие физическую подготовку к интенсивным видам физических упражнений;
 - b. помогающие освоить технику сложного двигательного действия⁴
 - c. вспомогательные упражнения;
 - d. упражнения, выполняемые вместе с педагогом.
18. Приземление в прыжке в высоту с разбега происходит на:
- a. носки обеих ног;
 - b. пятки;
 - c. на всю стопу;
 - d. в зависимости от возраста.
19. Общеразвивающие упражнения с предметами проводятся:
- a. только в младших группах;
 - b. начиная со средней группы;
 - c. во всех возрастных группах;
 - d. в зависимости от возраста.
21. Комплекс общеразвивающих упражнений для средней группы состоит:
- a. двух- четырёх упражнений;
 - b. пяти –шести упражнений;
 - c. восьми-десяти упражнений;
 - d. десяти – двенадцати упражнений.
22. Упражнения для комплекса общеразвивающих упражнений подбираются по следующим принципам:
- a. анатомическому;
 - b. биологическому;
 - c. психогигиеническому;
 - d. физиологическому.
23. (выделите один неверный ответ) Программой предусмотрено обучение детей следующим видам спортивных игр :
- a. городкам;
 - b. волейболу;
 - c. баскетболу;
 - d. футболу.
24. (выделите один ошибочный ответ)

К играм высокой интенсивности относятся :

- a. «Летает – не летает»;
- b. «Салки»;
- c. «Гуси-лебеди»;
- d. «Два мороза».

Раздел 4. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.

1. Гимнастика проводимая до основных занятий

- a. вводная;
- b. зарядка;
- c. разминка;
- d. настройка.

2. Вводная гимнастика имеет большое значение

- a. воспитательное;
- b. гигиеническое;
- c. оздоровительное;

3. Общее руководство гимнастикой до уроков возлагается на

- a. учителя физической культуры;
- b. директора школы;
- c. завуча школы;
- d. классного руководителя.

4. Вводная гимнастика выполняется для непосредственной подготовки к выполнению учебной или профессиональной деятельности перед ее началом, как правило

- a. около своего рабочего места;
- b. в спортивном зале;
- c. в школьном коридоре;
- d. на улице.

5. Основная направленность вводной гимнастики - подготовка ведущих функциональных систем организма к особенностям

- a. предстоящей работы;
- b. психофизическое вработывание;
- c. возрастных изменений;
- d. учебной нагрузки.

6. Вводная гимнастика в начальной школе проводится за _____ минут до начала первого урока.

- a. 2 - 3;
- b. 5 - 7;
- c. 10 - 15;
- d. 15 - 20.

Вопрос 8

7. В комплекс гимнастики должны входить упражнения при условии выполнения следующих методических рекомендаций:

Выберите один или несколько ответов:

a. упражнения должны быть знакомы ученикам и составлять простейшие сочетания движений;

- b. быть динамичными, охватывать большие мышечные группы;
- c. выполняться точно и согласованно;
- d. каждый раз меняться.

8. Первое упражнение вводной гимнастики, как правило:

- a. потягивание;
- b. прыжки на месте;
- c. махи руками;
- d. наклоны вперед.

9. Физкультурная минутка проводится

- a. перед началом уроков;
- b. на перемене;
- c. во второй половине урока;
- d. в любое время урока.

10. Упражнения физкультурной минутки должны включать упражнения на:

Выберите один или несколько ответов:

- a. потягивание;
- b. выпрямление;
- c. силовую выносливость;
- d. гибкость.

11. Комплексы упражнений, подобранные для физкультурной минутки должны включать в себя двигательные действия:

- a. отличающиеся от движений, выполняемых на уроке;
- b. повторять движения, выполняемые на уроке;
- c. иметь спортивную направленность;
- d. плавные, умеренной интенсивности.

12. Физкультурные паузы должны проводиться с учащимися в течение 10-15 мин через каждые ____ мин учебной работы

- a. 15 - 20;
- b. 35 - 45;
- c. 40 - 60;
- d. 50 - 70.

13. В физкультурные паузы могут быть включены:

- a. прыжки и подвижные игры;
- b. плавание и гимнастика;
- c. общеразвивающие и специальные упражнения;
- d. упражнения ведущего вида спорта.

14. Продолжительность физкультурной паузы _____ мин:

- a. 5 - 7;
- b. 10 - 15;
- c. 15 - 20;
- d. произвольная.

15. Комплексы физкультурных пауз должны соответствовать следующим требованиям:

Выберите один или несколько ответов:

a. режим выполнения упражнений не должен повторять режим трудовых действий;

b. упражнения должны быть подобраны так, чтобы основная нагрузка ложилась на мышцы, не участвующие в трудовой деятельности;

с. режим выполнения упражнений не должен имитировать режим трудовых действий;

d. проводиться в высоком темпе.

Вопрос 10

16. Чем больше физическая нагрузка в процессе труда, тем больший удельный вес в комплексе должны занимать упражнения на:

a. расслабление;

b. гибкость;

с. силу;

d. изометрию.

17. Физические упражнения и подвижные игры на удлинённых переменах организуются как мероприятие активного отдыха с целью

a. снижения утомления;

b. повышения физической подготовки;

с. повышения спортивных результатов;

d. подготовки к сдаче нормативов.

18. Общее руководство физическими упражнениями и подвижными играми на удлинённых переменах осуществляют

a. директор школы и его заместители;

b. учитель физкультуры;

с. классные руководители;

d. актив школы.

19. Непосредственное проведение физических упражнений и подвижных игр на удлинённых переменах возлагается на:

Выберите один или несколько ответов:

a. учителей-предметников;

b. классных руководителей;

с. физкультурный актив;

d. родительский комитет.

20. Непосредственных руководителей физических упражнений и подвижных игр на удлинённых переменах регулярно инструктирует

a. директор школы;

b. завуч школы;

с. представитель спорткомитета.

21. Подвижные перемены проводятся после третьего урока в односменных школах в течение _____ мин

a. 15;

b. 20;

с. 30;

d. 45.

22. Непосредственно на занятия физическими упражнениями и играми подвижные перемены отводятся соответственно 20 и 15 мин. Остальное время предназначено для:

a. пассивного отдыха;

b. подготовки к уроку;

с. чтения литературы;

d. компьютерным играм.

23. Желательно, чтобы выход на подвижные перемены начинался:

- a. радиообращением директора;
- b. традиционно позывными;
- c. последними известиями;
- d. прослушиванием музыки.

24. Специальные игры для мальчиков и девочек следует практиковать с _____ класса

- a. 1;
- b. 2;
- c. 5;
- d. 8.

Вопрос 9

25. Каждое занятие должно строиться по такому плану, который обеспечил бы:

Выберите один или несколько ответов:

- a. вхождение в работу;
- b. удержание функций организма на уровне малой и средней интенсивности;
- c. постепенный выход из работы;
- d. прием душа.

26. Спортивный час в группах продлённого дня способствует

Выберите один или несколько ответов:

- a. укреплению здоровья;
- b. спортивному росту;
- c. физическому развитию обучающихся;
- d. повышению мастерства.

27. Занятия спортивного часа должны быть разнообразными по характеру и интенсивности, доступными и проводиться, как правило, на открытом воздухе и иметь направленность:

- a. оздоровительную;
- b. воспитательную;
- c. образовательную;
- d. спортивную.

28. Занятия спортивного часа проводятся

Выберите один или несколько ответов:

- a. воспитателем;
- b. специалистом, имеющим специальное образование;
- c. классным руководителем;
- d. дежурным преподавателем.

29. Организационную и методическую помощь воспитателям в подготовке и проведении занятий оказывают

- a. учителя физической культуры;
- b. тренеры по виду спорта;
- c. методисты физкультуры;
- d. инструктора по физкультуре.

30. Содержание спортивного часа должно быть взаимосвязано с

- a. учебной программой по физической культуре;
- b. требованиями комплекса ГТО;
- c. программой спортивной подготовки;
- d. календарем школьных соревнований.

31. Основу спортивного часа составляют упражнения

- a. общеразвивающие;
- b. спортивные;
- c. подготовительные;
- d. подводящие.

32. В основной и заключительной части спортивного часа активного отдыха наибольший эффект даёт применение методов

- a. игрового;
- b. соревновательного;
- c. повторного;
- d. равномерного.

33. Организованная часть занятий под непосредственным руководством воспитателя должна занимать примерно 20-30 минут, оставшееся время используется на

- a. самостоятельное выполнение игр и физических упражнений;
- b. подготовку к сдаче норм ГТО;
- c. активный отдых;
- d. пассивный отдых.

34. В основе занятий с учениками младших классов во время спортивного часа должны быть

- a. подвижные игры;
- b. спортивные игры;
- c. гимнастические упражнения;
- d. упражнения на координацию.

35. На одном занятии не следует проводить более ____ игр.

- a. 1 - 2;
- b. 2 - 3;
- c. 3 - 4;
- d. 4 - 5.

36. Задачами дней здоровья являются:

Выберите один или несколько ответов:

a. содействие активному отдыху, укреплению здоровья и физическому развитию учащихся;

b. военно-патриотическое воспитание детей, подготовка их к сдаче норм ГТО;

c. повышение интереса к занятиям физической культурой и ее внедрение в повседневную жизнь учащихся, учителей и родителей;

d. повышение академической успеваемости.

36. День здоровья мероприятие комплексное и требует координации усилий

- a. учителей-предметников;
- b. родителей;
- c. шефов;
- d. работников спорткомитета.

37. В программу спортивного праздника обычно включают

- a. показательные выступления;
- b. викторины;
- c. конкурсы;
- d. показательные уроки.

38. Программа спортивного праздника связывается с
- а. событиями в жизни школы;
 - б. историческими событиями;
 - в. временем года;
 - г. временем суток.
39. После составления программы спортивного праздника разрабатывается
- а. подробный сценарий его проведения;
 - б. маршруты движения колонн;
 - в. показательные выступления;
 - г. список приглашенных

А.1 Вопросы для опроса:

Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания детей.

1. Назовите основные понятия теории и технологии физического воспитания как научной и учебной дисциплины.
2. Дайте определение теории физического воспитания детей как науки об общих закономерностях физического воспитания ребенка.
3. Охарактеризуйте предмет и специфику теории физического воспитания детей.
4. Назовите основные направления и принципы организации исследований в физическом воспитании.
5. Приведите примеры методов исследований, их характеристики.
6. Приемы обработки и интерпретации экспериментальных данных.
7. Дайте определения понятия системы физического воспитания (цели, задачи, средства, формы организации).
8. Основная цель и задачи физического воспитания детей.
9. Назовите закономерности развития детского организма.
10. Приведите классификацию основных средств физического воспитания.
11. Комплексное использование средств как необходимое условие успешного решения задач гармоничного развития детей, формирования здорового образа жизни.

Раздел 2. Основы обучения и развития детей в процессе физического воспитания.

1. Назовите основные этапы формирования двигательных навыков и воспитание физических качеств.
2. Понятие «двигательные умения», «двигательные навыки», их физиологическая и психологическая сущность.
3. Закономерности формирования двигательных навыков.
4. Общие принципы образования детей в области физической культуры.
5. Принципы организации педагогического процесса по физической культуре в образовательном учреждении.
6. Методы и приемы обучения физическим упражнениям.
7. В чем заключаются особенности использования различных методов на разных этапах овладения двигательным действием?

Раздел 3. Технологии физического воспитания детей.

1. Назовите основные понятия, значение и характеристика основных движений.

2. Назовите основные виды движений.
3. В чем заключается основная сущность технологии обучения основным движениям?
4. Последовательность обучения каждому виду основных движений в разные возрастные периоды.
5. Технологии обучения основным движениям.
6. Дайте определение понятия «общеразвивающие упражнения».
7. Назовите основную характеристику общеразвивающих упражнений
8. Классификация общеразвивающих упражнений.
9. Назовите основные методические приемы обучения общеразвивающим упражнениям с учетом возрастных особенностей.
10. Технологии обучения общеразвивающим упражнениям.
11. Технологии обучения подвижным играм.
12. Технологии обучения спортивным упражнениям.

Раздел 4. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.

1. Приведите примеры организации физкультурных занятий.
2. Что из себя представляют «спортивные упражнения»?
3. Приведите примеры спортивных упражнений.
4. Как правильно организовать физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня.
5. Какие особенности необходимо соблюдать при планировании и учете работы по физическому воспитанию детей?
6. Назовите основные формы организации работы по физическому воспитанию в образовательных учреждениях.
7. Назовите функциональные обязанности лиц, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.
8. Приведите примеры основных показателей двигательной активности.
9. Какие методы диагностики физической подготовленности детей наиболее объективны и доступны?
10. По каким критериям делается оценка эффективности работы учреждения по физическому воспитанию?
11. Формирование здорового образа жизни дошкольника.
12. Дайте определение понятию «здоровье» и «здоровый образ жизни».
13. Какие факторы, влияют на здоровье детей?
14. Назовите структурные компоненты здорового образа жизни.
15. Как правильно провести диагностику сформированности здорового образа жизни у детей?

Б.0 Варианты практических заданий

Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания детей.

Тема 1. Предмет теории физического воспитания

Вопросы для изучения

1. Понятия теории физического воспитания.
2. Методологическая, психолого-педагогическая и естественно-научная основы методики физического воспитания как научной и учебной дисциплины;

связь с другими науками: гуманитарными, естественными, изучающими процесс развития ребенка.

3. Методы исследования в теории и технологии физического воспитания.

Учебно-исследовательские задания

1. Сравните содержание определений понятий: физическая культура, физическое развитие, физическая подготовка, физическая подготовленность, физическое совершенствование, физическое образование, двигательная деятельность, спорт по А.В. Кенеман, Э.Я. Степаненко-вой, О.С. Филипповой. Задание оформите в виде таблицы.

2. Определите содержание методов исследования в теории физического воспитания. Сопоставьте их с содержанием методов педагогического исследования. Определите общее и различия.

Тема 2. Становление и развитие теорий и технологий физического воспитания

Вопросы для изучения

1. Характеристика элементарной системы физического воспитания при первобытно-общинном строе и в античном периоде.

2. Авторские школы и концепции физического воспитания (Дж. Локк, Жан-Жак Руссо, И.Г. Песталоцци).

3. Национально-буржуазные системы физического воспитания (Ф.Л. Ян, П.Х. Линг, Ф. Аморос).

4. Физическое воспитание в России с древнейших времен до второй половины XIX века.

5. Создание и развитие в России системы физического воспитания со второй половины XIX до начала XX века.

6. Становление и развитие отечественной системы физического воспитания с начала XX века до настоящего времени.

Учебно-исследовательские задания

1. Составьте обобщающую таблицу «Проблемы физического воспитания детей», в которой необходимо определить проблемы по физическому воспитанию детей, и укажите ученых, работающих над решением данных проблем.

2. Сравните системы физического воспитания в зарубежных странах и России (до XX в.) и заполните таблицу «Сравнительная характеристика систем физического воспитания в европейских странах и России».

Тема 3. Обоснование комплексного решения задач физического воспитания

Вопросы для изучения

1. Цель физического воспитания.

2. Оздоровительные задачи.

3. Образовательные задачи.

4. Воспитательные задачи.

Учебно-исследовательские задания

1. Составьте схему «Цель и задачи физического воспитания детей».

2. Сравните подходы к определению содержания задач А.В. Кенеман, Э.Я. Степаненковой, С.О. Филипповой.

Тема 4. Средства физического воспитания

Вопросы для изучения

1. Физическое упражнение – основное средство физического воспитания детей.
2. Психогигиенические факторы как средство физического воспитания.
3. Эколого-природные факторы.

Учебно-исследовательские задания

1. Заполните таблицу.

Средства	Цель
Физическое упражне-	
Психогигиенические	
Эколого-природные	

2. Составьте схемы: характеристика физических упражнений; биомеханические характеристики физических упражнений; классификация физических упражнений; классификация физических упражнений по структурному признаку.

Раздел 2. Основы обучения и развития детей в процессе физического воспитания.

Тема 5. Основы обучения и развития ребенка в процессе физического воспитания

Вопросы для изучения

1. Единство обучения, воспитания и развития ребенка в процессе физического воспитания.
2. Характеристика принципов обучения.
3. Характеристика методов и приемов обучения.
4. Закономерности формирования двигательных навыков у детей в процессе обучения.
5. Этапы обучения детей физическим упражнениям.

Учебно-исследовательские задания

1. Составьте таблицу, в которой представлен перечень принципов физического воспитания, и дайте им характеристику.
2. Составить схему «Методы обучения движениям», в которой должна быть отражена характеристика понятия «метод», виды методов, их приемы, цели.
3. Составьте схему «Стадии формирования двигательного навыка».
4. Составьте таблицу «Последовательность обучения детей физическим упражнениям»

Этапы	Цель	Методы
1		
2		
3		

Раздел 3. Технологии физического воспитания детей.

Тема 6. Технология воспитания физических качеств у детей

Вопросы для изучения

1. Специфические принципы подбора упражнений и игр.
2. Определение ловкости.
3. Упражнения на развитие «ручной умелости».

4. Особенности упражнений на развитие силы для детей разного возраста.
5. Определение выносливости.

Учебно-исследовательские задания

Составьте комплекс упражнений на развитие отдельных физических качеств для детей разного возраста.

Изучите уровень развития физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста.

Тема 7. Организация двигательного режима

Вопросы для изучения

1. Понятие «Двигательный режим».
2. Нормы СанПиН по вопросам организации двигательного режима.
3. Составление двигательного режима для каждой возрастной группы.

Учебно-исследовательские задания

1. Составить двигательный режим для разных возрастных групп детей.
2. Изучить двигательный режим в ОУ: определить его соответствие требованиям СанПиН.

Тема 8. Ходьба. Общая характеристика. Программные требования и технология обучения в разных возрастных группах

Вопросы для изучения

1. Характеристика ходьбы.
2. Показатели ходьбы.
3. Виды ходьбы.
4. Программные требования к ходьбе детей разных возрастных групп.

Учебно-исследовательские задания

1. Изучите теоретический материал и представьте основное его содержание в таблицах «Упражнения по ходьбе в разных возрастных группах», «Техника выполнения основных видов ходьбы».

Упражнения по ходьбе в разных возрастных группах

Параметры оценки	Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
Особенно-			
Виды ходь-			

Техника выполнения основных видов ходьбы

Вид ходьбы	Техника выполнения	Положение рук	Имитационные движения

2. Выявите уровень развития ходьбы у детей разного возраста.

Тема 9. Бег: общая характеристика, программные требования и технология обучения в разных возрастных группах

Вопросы для изучения

1. Характеристика бега.
2. Показатели бега.
3. Виды бега.
4. Программные требования к бегу в каждой возрастной группе.

Учебно-исследовательские задания

1. Изучите теоретический материал и представьте основное его содержание в таблицах «Упражнения в беге в разных возрастных группах», «Техника выполнения основных видов бега».

Упражнения в беге для разных возрастных групп

Параметры оценки	Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
Особенности выполнения			
Виды бега			

Техника выполнения основных видов бега

Вид бе-	Тех-	Положе-	Имитационные движения

2. Выявите уровень развития бега у детей (возраст по выбору).

Тема 10. Оздоровительный бег, его значение и особенности проведения

Вопросы для изучения

1. Правила организации оздоровительных пробежек.
2. Техника оздоровительного бега.
3. Место проведения беговых тренировок.
4. Требования к одежде.
5. Подготовка к беговым тренировкам.
6. Длительность и темп бега.
7. Технология организации беговых тренировок.

Формы фиксирования материала – конспект по вопросам.

Тема 11. Технология обучения прыжкам детей

Вопросы для изучения

1. Характеристика прыжка.
2. Элементы техники прыжка.
3. Виды прыжков.
4. Технология обучения прыжкам.

Учебно-исследовательские задания

1. Изучить технологию обучения прыжкам и заполнить таблицу.

Элементы исправления и формирования	Способы и методы исправления
<p>Подпрыгивание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Отрыв ног от земли. 2. Развитие прыгучести 	
<p>Спрыгивание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Правильное исходное положение. 2. Боязнь высоты. 3. Прогибание спины во время полета. 	

Прыжок в длину с места 1. Развитие прыгучести. 2. Оптимальная траектория полета.	
Прыжок в длину с разбега 1. Отталкивание в определенном месте. 2. Определение толчковой ноги. 3. Расстояние для разбега. 4. Отталкивание не толчковой ногой.	
Прыжок в высоту с разбега 1. Активизация толчка. 2. Приземление на пятку и перенос прямых ног. 3. Точное отталкивание.	
Прыжки через скакалку 1. Страх перед вбеганием	

2. Выявите уровень развития умения прыгать в длину с места у детей (возраст по выбору)..

Тема 12. Технология обучения метанию детей

Вопросы для изучения

1. Характеристика метания.
2. Элементы техники метания.
3. Виды метания и способы.
4. Технология обучения метанию.

Учебно-исследовательские задания

1. Составьте конспект по опорным вопросам. Обучение метанию вдаль
 - С какого возраста начинается обучение метанию вдаль?
 - Элементы обучения в дошкольном возрасте.
 - Элементы обучения в школьном возрасте.
 - Обучение правильному замаху.
 - Обучение исходному положению.
 - Элементы обучения в средней группе.
 - Новый прием для предотвращения отведения локтя в сторону.
 - Обучение прицеливанию.
 - Элементы обучения в старшей группе.
 - Обучение переносу тяжести.
 - Обучение сгибанию ног в конце замаха и выпрямлению их при броске.
 - Обучение движению кистью.
 - Обучение выполнению упражнения в определенном темпе.
 - Трудный элемент в обучении метанию способом «из-за спины через плечо». Какие ошибки могут возникнуть? Как их предотвратить?

2. Выявите уровень развития владения метанием у детей (возраст по выбору)..

Тема 13. Технология развития равновесия у

Вопросы для изучения

1. Понятие «равновесие».
2. Виды равновесия.
3. Критерии равновесия.
4. Характеристика наиболее устойчивого положения тела у человека.
5. Пути повышения ОЦТТ.
6. Пути уменьшения площади опоры.
7. Пути смещения линии ОЦТТ.
8. Задачи по развитию равновесия у детей (на каждую задачу подобрать одно упражнение).

Учебно-исследовательские задания

1. Разработайте комплекс упражнений, направленный на развитие равновесия у детей (возраст по выбору)..
2. Изучите уровень развития равновесия у детей (возраст по выбору).

Тема 14. Технология обучения общеразвивающим упражнениям

Вопросы для изучения

1. Понятие ОРУ.
2. Значение ОРУ.
3. Классификация ОРУ (по анатомическому признаку, методической направленности, степени физической помощи взрослого, использованию предметов).
4. Требования к отбору упражнений.
5. Последовательность расположения упражнений в комплексе.
6. Методы и приемы обучения ОРУ.

Учебно-исследовательские задания

1. Изучите технологию обучения детей общеразвивающим упражнениям и заполните таблицы.

Задачи обучения ОРУ в разных возрастных группах

Последовательность обучения ОРУ в разных возрастных группах

Возрастная группа	Организация	Раздача и сбор пособий	Методы и приемы обучения
	Круг, колонны...	Какие пособия и как раздаются	

2. Составьте комплексы общеразвивающих упражнений для детей (возраст по выбору).

Тема 15. Строевые упражнения

Вопросы для изучения

1. Значение строевых упражнений в физическом развитии детей.
2. Виды строевых упражнений.
3. Технология обучения строевым упражнениям в разных возрастных группах.

Учебно-исследовательские задания

1. Составьте схему «Строевые упражнения», в которой будут отражены виды строевых упражнений и способы перестроения, поворотов.
2. Разработайте и изготовьте демонстрационный материал для детей «Модели перестроения».

Тема 16. Подвижная игра как средство и метод физического воспитания

Вопросы для изучения

1. Понятие «подвижная игра», ее отличие от упражнения.
2. Значение подвижной игры.
3. Классификации подвижных игр.
4. Технология обучения подвижным играм в разных возрастных группах.
5. Роль подвижной игры в совершенствовании основных движений.
6. Совершенствование двигательных навыков в упражнениях и играх с использованием элементов соревнования и творческих заданий.

Учебно-исследовательские задания

1. Изучите характеристику подвижных игр в разных возрастных группах и заполните таблицу.

Характеристика подвижных игр в разных возрастных группах

Возраст детей	Характеристика подвижной игры
Младший воз-	
Средний возраст	
Старший возраст	

2. Понаблюдайте за проведением подвижной игры в одной из групп (возраст по выбору).

3. Разработайте конспект проведения новой игры. Оформите его в следующей форме.

Алгоритм объяснения новой	Объяснения педагога
Сообщение названия игры	
Сюжет игры	
Организация игровых усло-	
Показ движений	
Распределение ролей	
Размещение играющих	
Объяснение правил игры	
Закрепление правил	
Ход игры	
Подведение итогов	

4. Составьте картотеку подвижных игр в форме таблицы.

Названия игр	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная
Игры с бегом				
Прыжками				
Лазанием				

Метанием				
Ориентировка в пространстве				

Тема 17. Технология обучения элементам спортивных игр

Вопросы для изучения

1. Особенности проведения занятий с детьми по обучению элементам спортивных игр.

2. Технология обучения баскетболу.
3. Технология обучения бадминтону.
4. Технология обучения волейболу.
5. Технология обучения городкам.
6. Технология обучения теннису.
7. Технология обучения футболу.

Учебно-исследовательские задания

1. Задание выполняется индивидуально или в парах. Необходимо разработать презентацию «Технология детей спортивной игре» (игра определяется по желанию) для консультации молодых специалистов. В презентации освещаются вопросы: краткая история развития игры, правила игры, элементы обучения, упражнения и игры на закрепление навыков. Подготовиться к представлению презентации для одноклассников.

2. По результатам всех выступлений заполните обобщающую таблицу.

Технология обучения (название игры)

Элементы обучения	Игры и упражнения на формирование и закрепление элементов игры

Тема 18. Технология обучения спортивным упражнениям

Вопросы к изучению

1. Технология обучения катанию на санках.
2. Технология обучения скольжению по ледяным дорожкам.
3. Технология обучения ходьбе на лыжах.
4. Технология обучения катанию на коньках.
5. Технология обучения катанию на велосипеде.
6. Технология обучения катанию на самокатах.
7. Технология обучения катанию на роликовых коньках.
8. Технология обучения плаванию.

Учебно-исследовательское задание

1. Заполните таблицу, используя специальную литературу.

Вид спортивного упражнения, его	Элементы техники	Методические рекомендации

Раздел 4. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми

Тема 19. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми

Вопросы для изучения

1. Физкультурное занятие – основная форма организации физкультурно-оздоровительной работы.
2. Типы занятий.
3. Содержание и структура занятия.
4. Физкультурные занятия на воздухе.
5. Способы организации детей на занятиях.
6. Общая и моторная плотность занятия.
7. Утренняя гимнастика. Типы утренней гимнастики.
8. Подбор упражнений в комплексе утренней гимнастики.
9. Технология проведения утренней гимнастики.
10. Физкультурная минутка.
11. Гимнастика после сна.
12. Активный отдых.
13. Самостоятельная двигательная деятельность.
14. Задания на дом.

Учебно-исследовательские задания

1. Составьте по результатам наблюдения запись всех форм физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.
2. Разработайте конспекты всех основных форм физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, в школе.
3. Сравните технологии организации и проведения физкультурных праздников и развлечений. Определите общее и различие.

Блок С - Оценочные средства для диагностирования сформированности уровня компетенций – «владеть»

С1 Перечень тем для рефератов

1. Повышение педагогической культуры родителей в области физического воспитания детей.
2. Нетрадиционные формы и методы работы с детьми в «группе здоровья».
3. Методика определения физической подготовленности детей (возраст по выбору).
4. Особенности полового воспитания детей старшего дошкольного возраста на физкультурных занятиях.
5. Формирование у детей навыков здорового образа жизни.
6. Формирование взаимоотношений у детей разновозрастной группы на физкультурных занятиях.
7. Формирование профессиональных навыков у инструктора по физической культуре.

8. Развитие координационных способностей у старших дошкольников на сюжетных физкультурных занятиях.
9. Особенности оздоровительно-воспитательной работы с детьми старшего дошкольного возраста.
10. Здоровьесберегающие технологии в практике работы ОУ.
11. Сравнительный анализ образовательных программ по физическому воспитанию дошкольников, школьников (на выбор).
12. Характеристика информационно-рецептивного метода физического воспитания.
13. Характеристика репродуктивного метода физического воспитания.
14. Характеристика методов проблемного обучения физического воспитания.
15. Методика обучения детей спортивным играм.
16. Методика обучения д детей спортивным упражнениям.
17. Методика обучения детей ходьбе на лыжах
18. Методика обучения детей плаванию
19. Индивидуальный подход к детям на занятиях по физическому воспитанию
20. Совместная работа детского сада, школы и семьи по физическому воспитанию детей.
21. Использование системы стрейчинга в процессе развития гибкости детей.
22. Ритмика в работе по физическому воспитанию в ОУ.
23. Особенности использования дыхательной гимнастики в процессе физического воспитания детей.

Блок D - Оценочные средства, используемые в рамках промежуточного контроля знаний, проводимого в форме зачета/экзамена.

Вопросы к зачету

1. Общие вопросы теории физического воспитания детей (предмет и основные понятия теории физического воспитания; приобщение детей к физической культуре и здоровому образу жизни).
2. Методологические, психолого-педагогические и естественнонаучные основы теории физического воспитания детей.
3. История возникновения и развития теории и технологий физического воспитания детей.
4. Цель и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста.
5. Средства, принципы и методы физического воспитания дошкольников.
6. Физические упражнения – специфическое средство физического воспитания детей (понятие, содержание и форма упражнения, классификации упражнений).
7. Характеристика программ по физическому воспитанию и развитию детей.
8. Организация двигательной предметно-развивающей среды в групповых помещениях, на групповых участках.
9. Формирование двигательных действий у детей дошкольного возраста (понятие о двигательных умениях и навыках, их характеристика, закономерности формирования (стадии)).
10. Обучение детей дошкольного возраста физическим упражнениям (основные задачи, методы и приемы на различных этапах обучения).

11. Развитие физических качеств у детей дошкольного возраста (понятие, характеристика, значение, взаимосвязь развития качеств и формирование двигательных навыков, закономерности и особенности развития физических качеств).
12. Быстрота как физическое качество (понятие, характеристика, требования к отбору упражнений, средства и методы развития быстроты).
13. Сила как физическое качество (понятие, характеристика, средства и методы развития силы).
14. Выносливость как физическое качество (понятие, характеристика, средства и методы развития выносливости).
15. Гибкость как физическое качество (понятие, характеристика, средства развития гибкости у дошкольников).
16. Ловкость как физическое качество (понятие, характеристика, направления, средства и методы развития ловкости у детей).
17. Понятие и классификации педагогических технологий.
18. Технология обучения строевым упражнениям.
19. Технология обучения общеразвивающим упражнениям.
20. Технология обучения основным движениям.
21. Технологии использования подвижных и спортивных игр.
22. Технологии обучения спортивным упражнениям.
23. Подвижные игры как средство и метод физического воспитания. Классификация игр.
24. Технология проведения подвижных игр.
25. Организация физического воспитания в ДОУ (понятие, характеристика форм организации физического воспитания детей).
26. НОД по физическому развитию детей (значение, структура, задачи и содержание каждой части занятия).
27. Технология проведения занятия по физической культуре.
28. Технология проведения утренней гимнастики с детьми.
29. Организация и проведение динамических пауз (физкультминуток и физкультпауз).
30. Технология проведения гимнастики после сна.
31. Технологии закаливания детей (понятие, значение, механизмы закаливания, особенности терморегуляции у детей, принципы, средства и виды закаливания детского организма).
32. Значение и виды физкультурно-массовых мероприятий.
33. Технология проведения физкультурно-массовых мероприятий с детьми (структура, содержание, рекомендации к организации и проведению).
34. Технология построения педагогического процесса физического воспитания в ДОУ (значение и виды планирования образовательного процесса по физическому воспитанию).
35. Планирование НОД по физическому развитию детей.
36. Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий.
37. Планирование физкультурно-массовых мероприятий.
38. Планирование работы с родителями.
39. Организация и руководство педагогическим процессом по физическому воспитанию детей (должностные обязанности педагогических работников ДОУ по реализации задач физического воспитания и развития детей)

40. Анализ и оценка качества педагогического процесса по физическому воспитанию детей в ДОУ (оценка физического состояния, уровня физической подготовленности и сенсомоторного развития детей, оценка эффективности занятий физическими упражнениями, анализ предметно-развивающей среды).

41. Развитие творчества в подвижных играх.

42. Спортивные упражнения для детей: характеристика и методика обучения.

43. Развитие самостоятельности и творчества детей в физических упражнениях.

44. Формы организации физического воспитания в образовательных учреждениях.

45. Физкультурные занятия в детском дошкольном учреждении: структура, виды, типы.

46. Критерии оценки, методы и приемы эффективности физкультурных занятий.

47. Методика обучения детей прыжкам в разных возрастных группах.

48. Физкультурные досуги и праздники, методика их проведения.

49. Утренняя гимнастика в детском образовательном учреждении.

50. Требования к составлению комплекса общеразвивающих упражнений.

51. Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями.

52. Физическое воспитание в семье.

53. Взаимодействие детского сада, школы и семьи в физическом воспитании детей.

54. Определение физиологической нагрузки на физкультурных занятиях.

55. Методика определения общей и моторной плотности.

56. Методика обследования развития физических качеств детей.

57. Основная гимнастика в системе физического воспитания детей.

58. Определение темпов прироста показателей физических качеств.

59. Медико-педагогический контроль физического развития детей.

60. Основы безопасности при выполнении детьми физических упражнений.

Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Оценивание выполнения тестов

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	1. Полнота выполнения тестовых заданий; 2. Своевременность выполнения;	Выполнено более 85-100 % заданий предложенного теста, в заданиях открытого типа дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос
Хорошо	3. Правильность ответов на вопросы; 4. Самостоятельность тестирования.	

Удовлетворительно		Выполнено от 61 до 75 % заданий предложенного теста, в заданиях открытого типа дан неполный ответ на поставленный вопрос, в ответе не присутствуют доказательные примеры, текст со стилистическими и орфографическими ошибками.
Неудовлетворительно		Выполнено менее 60 % заданий предложенного теста, на поставленные вопросы ответ отсутствует или неполный, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (терминах, понятиях).

Оценивание ответа на практическом занятии (собеседование, доклад, сообщение и т.п.)

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	<ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения теоретического материала; 2. Правильность и/или аргументированность изложения (последовательность действий); 3. Самостоятельность ответа; 4. Культура речи; 5. Степень осознанности, понимания изученного 6. Глубина / полнота рассмотрения темы; 7. соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам 	<p>Дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы, приводит собственные примеры по проблематике поставленного вопроса, решил предложенные практические задания без ошибок.</p>
Хорошо		<p>Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, где студент демонстрирует знания, приобретенные на лекционных и семинарских занятиях, а также полученные посредством изучения обязательных учебных материалов по курсу, дает аргументированные ответы, приводит примеры, в ответе присутствует свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается неточность в ответе. Решил предложенные практические задания с небольшими неточностями.</p>

Удовлетворительно		Дан ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой дисциплины, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы, знанием основных вопросов теории, слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры, недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа и решении практических заданий.
Неудовлетворительно		Дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы, незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов, неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Выводы поверхностны. Решение практических заданий не выполнено, т.е студент не способен ответить на вопросы даже при дополнительных наводящих вопросах преподавателя.

Оценивание выполнения практической задачи

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	1. Полнота выполнения; 2. Своевременность выполнения; 3. Последовательность и рациональность выполнения; 4. Самостоятельность решения;	Задание решено самостоятельно. Студент учел все условия задачи, правильно определил условия, полно и обоснованно решил.
Хорошо	5. способность анализировать и обобщать информацию. 6. Способность делать обоснованные выводы на основе интерпретации информации, разъяснения; 7. Установление причинно-следственных связей, выявление закономерности;	Студент учел все условия задачи, правильно определил большинство условий, правильно решил, но не сумел дать полного и обоснованного ответа
Удовлетворительно		Задание решено с подсказками преподавателя. Студент учел не все условия задачи, правильно определил некоторые условия, правильно решил ситуацию, но не сумел дать

		полного и обоснованного ответа
Неудовлетворительно		Задание не решено.

Оценивание практических заданий (составление упражнений, таблиц, схем)

4-балльная шкала	Показатели	Критерии
Отлично	1 Самостоятельность ответа; 2 владение терминологией; 3 характер представления результатов (наглядность, оформление, донесение до слушателей и др.)	<i>Студент правильно выполнил задание. Показал отличные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задания в рамках усвоенного учебного материала.</i>
Хорошо		<i>Студент выполнил задание с небольшими неточностями. Показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задания в рамках усвоенного учебного материала.</i>
Удовлетворительно		<i>Студент выполнил задание с существенными неточностями. Показал удовлетворительное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении задания в рамках усвоенного учебного материала.</i>
Неудовлетворительно		<i>При выполнении задания студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении задач в рамках усвоенного учебного материала.</i>

Оценивание ответа на зачете

Шкала	Показатели	Критерии
Зачтено	1. Полнота изложения теоретического материала; 2. Правильность и/или аргументированность изложения (последовательность действий); 3. Самостоятельность ответа; 4. Культура речи.	1 Дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы, приводит собственные примеры по проблематике поставленного вопроса.
		Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, где студент демонстрирует знания, приобретенные на лекционных и семинарских занятиях, а также полученные посредством изучения обязательных учебных материалов по курсу, дает аргументированные ответы, приводит примеры, в ответе присутствует свободное владение монологической речью, логичность

Шкала	Показатели	Критерии
		и последовательность ответа. Однако допускается неточность в ответе.
		Дан ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой дисциплины, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы, знанием основных вопросов теории, слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры, недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа.
Незачтено		Дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы, незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов, неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Выводы поверхностны.

Раздел 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Основными этапами формирования компетенций по дисциплине при изучении студентами дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой разделов. В целом по дисциплине

Оценка «отлично» ставится, если обучаемый демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем, по заданиям, решение которых было показано преподавателем, следует считать, что компетенция сформирована, но ее уровень недостаточно высок.

Оценка «хорошо» ставится, если обучаемый способен продемонстрировать самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель при потенциальном формировании компетенции, подтверждает наличие сформированной компетенции, причем на более высоком уровне. Наличие сформированной компетенции на повышенном уровне самостоятельности со стороны обучаемого при ее практической демонстрации в ходе решения аналогичных заданий следует оценивать как положительное и устойчиво закрепленное в практическом навыке.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучаемый демонстрирует способность к полной самостоятельности (допускаются консультации с преподавателем по сопутствующим вопросам) в выборе способа решения неизвестных или не-

стандартных заданий в рамках учебной дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных как в ходе освоения данной учебной дисциплины, так и смежных дисциплин, следует считать компетенцию сформированной на высоком уровне.

Оценка «неудовлетворительно» ставится при неспособности обучаемого самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения, отсутствие самостоятельности в применении умения к использованию методов освоения учебной дисциплины и неспособность самостоятельно проявить навык повторения решения поставленной задачи по стандартному образцу свидетельствуют об отсутствии сформированной компетенции. Отсутствие подтверждения наличия сформированности компетенции свидетельствует об отрицательных результатах освоения учебной дисциплины.

При оценивании результатов обучения: знания, умения, навыки и/или опыта деятельности (владения) в процессе формирования заявленных компетенций используются различные формы оценочных средств текущего и итогового контроля (промежуточной аттестации).

Таблица 1 - Формы оценочных средств

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	Практические задания и задачи	Различают задачи и задания: а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; в) творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения. Рекомендуется для оценки знаний умений и владений студентов. Форма предоставления ответа студента: письменная.	Комплект задач и заданий
2	Реферат	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по пред-	Примерная тематика рефератов

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
		<p>ставлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы.</p> <p>Рекомендуется для оценки знаний, умений и владений студентов.</p> <p>На выступление студенту дается до 5-10 минут. При ответе студент может пользоваться конспектом. Задаются дополнительные вопросы.</p>	
3	Собеседование (на практическом занятии)	<p>Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Рекомендуется для оценки знаний студентов.</p>	Вопросы по темам/разделам дисциплины
4	Тест	<p>Система стандартизированных простых и комплексных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний, умений и владений обучающегося.</p> <p>Рекомендуется для оценки знаний, умений и владений студентов.</p> <p>На тестирование отводится 60 минут. Каждый вариант тестовых заданий включает 30 вопросов. За каждый правильный ответ на вопрос дается 1 балл. Оценка «зачтено» выставляется студенту, если он набрал 51-100 % правильных ответов. Оценка «неудовлетворительно» ставится, если студент набрал менее 51 % правильных ответов.</p>	Фонд тестовых заданий
6	Зачет	<p>Средство, позволяющее оценить знания, умения и владения обучающегося по учебной дисциплине. Рекомендуется для оценки знаний, умений и владений студентов.</p> <p>С учетом результативности Работы студента может быть принято решение о признании студента освоившим отдельную часть или весь объем учебного предмета по итогам семестра и проставлении в зачетную книжку студента – «зачтено». Студент, не выполнивший минимальный объем учебной работы по дисциплине, не допускается к сдаче зачета.</p>	Комплект вопросов к зачету.

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
		Зачет сдается в устной форме или в форме тестирования.	