

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

ОП.12 «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

1. КОМПЛЕКС ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Тестовые задания по дисциплине

«Теория и история физической культуры и спорта»

Содержание тестовых заданий с вариантами ответов.

Задание №1

Тема: Практическое занятие 1. Методология научных исследований в сфере физической культуры ТИИ ФКиС как научная и учебная дисциплина.

Задание к практическому занятию 1.	1 вариант
1. Теория физической культуры как научная дисциплина представляет собой: а) науку о наиболее общих закономерностях функционирования основных компонентов физической культуры; б) научные знания о средствах и способах всестороннего гармонического развития человека; в) систему научных знаний о сущности физической культуры, общих закономерностях ее функционирования и направленного использования с целью всестороннего гармонического развития людей; г) систему научных знаний о физическом развитии человека, укреплении его здоровья и совершенствовании его двигательной активности.	
2. Какое понятие раскрыто ниже «это вид культуры, который представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей» а) физическая культура б) спорт в) рекреация	
3. Спорт является частью: а) духовной подготовки; б) физической подготовки; в) физической культуры	
4. Кто создал первую отечественную систему физического воспитания? а) Е.А. Покровский; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт.	
5. Основными специфическими средствами формирования физической культуры личности являются: а) спортивный инвентарь; б) гигиенические факторы; в) оздоровительные силы природы; г) физические упражнения.	
6. Спорт – это: а) вид физической культуры, игровая, соревновательная деятельность и подготовка к ней основанные на использовании физических упражнений и направленные, и направленные на достижение наивысших результатов; б) вид культуры, который представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей;	

<p>в) вид физической культуры, исторически сложившийся как один из способов выявления, сопоставления способностей человека направленный на гармоничное развитие человека;</p> <p>г) двигательная деятельность, удовлетворяющая потребности людей в активном отдыхе.</p>
<p>7. Принцип формирования физической культуры человека это:</p> <p>а) совокупность средств решения задач физической культуры;</p> <p><u>б) исходная идея, теоретическое положение, регламентирующее основные стороны педагогического процесса в сфере физической культуры;</u></p> <p>в) особенности подбора методов и методических приемов педагогического процесса в физической культуре;</p> <p>г) основополагающий закон развития физических способностей занимающихся.</p>
<p>8. Физическая культура личности – это:</p> <p><u>а) достигнутый уровень физического совершенствования человека, его личных качеств, степень использования им приобретенных в процессе занятий физическими упражнениями специальных знаний, умений, навыков, а также физических качеств в повседневной жизни;</u></p> <p>б) уровень, достигнутый каждым человеком умений, навыков и качеств в области физической культуры и спорта;</p> <p>в) степень воспитанности, достигнутая в процессе соблюдения всех правил и норм повседневной жизни.</p>
<p>9. В каком году появились первые отечественные работы, где встречается термин «физическая культура»?</p> <p>а) 1756;</p> <p>б) 1895;</p> <p><u>в) 1911;</u></p> <p>г) 1917.</p>
<p>10. Методология науки – это:</p> <p><u>а) учение о принципах построения, формах и способах научного познания;</u></p> <p>б) учение о методах, используемых в физической культуре;</p> <p>в) учение о закономерностях и подходах физического воспитания;</p> <p>г) все вышеперечисленное.</p>

Задание к практическому занятию 1.	2 вариант
<p>1. Часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни:</p> <p>а) <u>физическая культура</u></p> <p>б) спорт</p> <p>в) физическая подготовка</p>	
<p>2. Физическая культура представляет собой:</p> <p>а) физическое воспитание с ярко выраженным прикладным эффектом</p> <p>б) уровень развития, характеризующийся высокой работоспособностью</p> <p><u>в) процесс обучения движениям и воспитания физических качеств.</u></p> <p>г) процесс укрепления здоровья и повышения двигательных возможностей</p>	
<p>3. Часть физической культуры, организованный процесс направленного применения накопленных поколениями достижений для физического совершенствования человека и укрепления здоровья:</p> <p>а) <u>физическое воспитание;</u></p> <p>б) физическая подготовка;</p> <p>в) спорт</p>	
<p>4. В России термин физическая культура встречается начиная с:</p> <p>а) 1899;</p>	

<p>б) 1911; в) 1908; г) 1905.</p>
<p>5. Определение "Теория физической культуры" как наука (отметьте правильный вариант): а) <u>интегративная система научных знаний о сущности физической культуры;</u> б) интегративная система научных знаний о сущности физического воспитания; в) интегративная система научных знаний о сущности укрепления здоровья; г) интегративная система научных знаний о сущности применений физических упражнений.</p>
<p>6. Под понятием «метод» в физической культуре понимается: а) <u>совокупность способов воздействия педагога на занимающихся, выбор которых обусловлен определенной научной концепцией, логикой организации и осуществления процесса обучения, воспитания и развития;</u> б) разработанная с учетом педагогических закономерностей система действия педагога, позволяющая организовать определенным способом теоретическую и практическую деятельность обучаемых по освоению двигательных действий; в) те руководящие положения, которые раскрывают отдельные стороны применения того или иного принципа обучения; г) конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать, выполнять двигательные действия.</p>
<p>7. Укажите, что послужило основой (источником) возникновения физического воспитания в обществе: а) результаты научных исследований; б) прогрессивные идеи о содержании и путях воспитания гармонически развитой личности; в) <u>осознанное понимание людьми явления упражняемости (повторяемости действий), важности так называемой предварительной подготовки человека к жизни и установление связи между ними;</u> г) желание заниматься физическими упражнениями.</p>
<p>8. Такие виды двигательных действий, которые направлены на реализацию задач физического обучения: а) <u>физические упражнения;</u> б) физические нагрузки; в) физические мотивации.</p>
<p>9. Что является основной целью физической культуры? а) достижение спортивных рекордов; б) <u>укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие;</u> в) подготовка к профессиональной деятельности; г) развлечение и отдых.</p>
<p>10. Главным отличием физических упражнений от других двигательных действий является то, что они: а) <u>строго регламентированы;</u> б) создают развивающий эффект; в) представляют собой игровую деятельность; г) не ориентированы на производство материальных ценностей.</p>

Задание №2

Тема: Практическое занятие 2. Обучение двигательным действиям.

Задание к практическому занятию 2.	1 вариант
1. Степень владения двигательным действием, которое характеризуется сознательным управлением движением, неустойчивостью к воздействию внешних факторов, нестабильностью итогов и невысокой быстротой выполнения: а) двигательное упражнение; <u>б) двигательное умение;</u> в) двигательная мотивация.	
2.Целью этапа начального разучивания двигательного действия является: а) детально освоить технику двигательного действия и сформировать умение; <u>б) сформировать умение выполнять основу техники двигательного действия;</u> в) добиться стабильности выполнения двигательного действия; г) обучить выполнению отдельных фаз и частей техники двигательного действия.	
3.Целью этапа закрепления и совершенствования является: <u>а) закрепить умение в навык и сформировать способность выполнять двигательное действие в условиях практического применения;</u> б) завершить формирование двигательного действия до автоматизированного выполнения; в) сформировать способность выполнять двигательное действие без контроля со стороны сознания; г) добиться выполнения двигательного действия в различных условиях.	
4.Незначительная ошибка в технике двигательного действия – это: <u>а) неточное выполнение деталей техники;</u> б) не слитное выполнение двигательного действия; в) не выполнение общих деталей техники; г) нарушение в основе техники выполнение двигательного действия.	
5.Понятие «техника физического упражнения» представляет собой: а) эстетически выразительный способ выполнения двигательного действия; б) целесообразный, относительно высоко эффективный способ выполнения двигательного действия; <u>в) упорядоченную определенным образом совокупность движений;</u> г) наиболее рациональный вариант выполнения двигательного действия.	
6. К пространственно-временным характеристикам техники физических упражнений относится: а) сила движения; <u>б) траектория движения;</u> в) скорость движения; г) ритм движения.	
7. Ритм как комплексная характеристика техники физических упражнений отражает: <u>а) закономерный порядок распределения усилий во времени и пространстве, последовательность и меру их изменения в динамике действия;</u> б) мера физического воздействия движущейся части тела (или всего тела) на какие-либо материальные объекты; в) взаимодействие внутренних и внешних сил в процессе движения; г) точность двигательного действия и его конечный результат.	
8. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным (т. е. при минимальном контроле со стороны сознания) управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения это? а) двигательное умение; <u>б) двигательный навык;</u>	

<p>в) двигательная активность.</p> <p>9. Какой комплекс разнообразных средств используется на этапе углубленного изучения?</p> <p>а) применяются упражнения для укрепления мышечной системы и всего организма с учетом особенностей изучаемого двигательного действия;</p> <p>б) используются подводящие упражнения, которые подготавливают к освоению основного действия путем его целостной имитации либо частичного воспроизведения в упрощенной форме. Подводящие упражнения обычно представляют собой элемент, часть, связку нескольких движений изучаемого двигательного действия;</p> <p>в) длительность применения подводящих упражнений зависит от сложности разучиваемого двигательного действия и подготовленности учащихся. В применении подводящих упражнений не должно быть перерывов, в противном случае произойдет забывание ранее выученного движения и эффект воздействия их снизится;</p> <p>г) <u>все перечисленное верно.</u></p>
<p>10. Педагогическая деятельность учителя по организации и управлению учебной деятельностью занимающихся это?</p> <p>а) обучение;</p> <p>б) преподавание;</p> <p>в) учение.</p>

Задание к практическому занятию 2.	2 Вариант
<p>1. Дать определение понятия «навык»</p> <p>а) <u>это двигательное действие, освоенное до автоматизма</u></p> <p>б) это умение правильно и быстро выполнить известное упражнение</p> <p>в) это способность выполнить правильно двигательное действие даже с закрытыми глазами</p> <p>г) это упражнение, которое давно изучалось</p>	
<p>2. Физические упражнения направлены на развитие:</p> <p>а) крепких отношений;</p> <p>б) душевного состояния;</p> <p>в) <u>силы.</u></p>	
<p>3. Целью этапа углубленного разучивания двигательного действия является:</p> <p>а) завершить формирование двигательного умения;</p> <p>б) добиться выполнения основы техники двигательного действия в целом;</p> <p>в) <u>сформировать умение выполнять двигательное действие в объеме намеченных технических требований;</u></p> <p>г) сформировать умение выполнять двигательное действие быстро, экономично и точно.</p>	
<p>4. Целью этапа закрепления и совершенствования является:</p> <p>а) <u>закрепить умение в навык и сформировать способность выполнять двигательное действие в условиях практического применения;</u></p> <p>б) завершить формирование двигательного действия до автоматизированного выполнения;</p> <p>в) сформировать способность выполнять двигательное действие без контроля со стороны сознания;</p> <p>г) добиться выполнения двигательного действия в различных условиях.</p>	
<p>5. Двигательное умение – это ...</p> <p>а) способ выполнения двигательного действия;</p> <p>б) <u>степень освоения двигательного действия, при которой концентрация внимания занимающихся находится на технике выполняемого упражнения;</u></p> <p>в) степень освоения двигательного действия, при котором упражнение выполняется слитно и легко;</p> <p>г) автоматизированное выполнение двигательного действия.</p>	
<p>6. К пространственным характеристикам техники физических упражнений относится:</p>	

<p>а) сила движения; б) траектория движения; <u>в) скорость движения;</u> г) ритм движения.</p>
<p>7. Процесс обучения двигательным действиям имеет этапа а) <u>три : I - этап начального разучивания; II - этап углубленного разучивания; III - этап закрепления и дальнейшего совершенствования;</u> б) четыре : I - этап начального разучивания; II - этап углубленного разучивания; III - этап закрепления и дальнейшего совершенствования. IV -этап усвоения нового действия; в) два : I - этап начального разучивания; II - этап закрепления и дальнейшего совершенствования.</p>
<p>8. Какие двигательные ошибки необходимо исправлять в самом начале обучения? а) типичные; <u>б) грубые;</u> в) значительные; г) стабильные.</p>
<p>9. На этапе начального разучивания наиболее типичны (т.е. имеющие массовый характер) следующие двигательные ошибки? а) лишние, ненужные движения; б) искажение движения по амплитуде и направлению; в) нарушение ритма двигательного действия; г) закрепощенность движения; <u>д) все перечисленное верно.</u></p>
<p>10. В процессе физического воспитания занимающихся обучают различным двигательнымв целях развития способности управлять своими движениями, а также в целях познания закономерностей движений своего тела. а) умениям; <u>б) действиям;</u> в) упражнениям.</p>

Задание №3

Тема: Практическое занятие 3. Развитие физических способностей.

Практическое занятие 3	1 вариант
<p>1. Физические способности – это: а) индивидуальные возможности человека, обеспечивающие целесообразную двигательную деятельность; б) способность быстро осваивать разнообразные двигательные действия; <u>в) комплекс морфологических и психофизиологических свойств человека, отвечающих требованиям какого-либо вида мышечной деятельности и обеспечивающих эффективность ее выполнения;</u> г) физические задатки, выраженные в способности человека осуществлять определенную двигательную деятельность.</p>	
<p>2. Координационные способности – это: а) способность выполнять двигательные действия с высокой быстротой и без излишней мышечной напряженности; б) способность рационально и экономно решать двигательные задачи в различных условиях; <u>в) способность целесообразно строить двигательные акты, а также преобразовывать выработанные формы действий или переключаться от одних действий к другим в соответствии с изменяющимися условиями;</u> г) способность быстро справляться с новой двигательной задачей в условиях нарастающего утомления.</p>	

<p>3. Выносливость это...?</p> <p>а) способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных напряжений;</p> <p>б) комплекс функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий отрезок времени;</p> <p>в) способность к движениям с большим размахом (амплитудой) в определенных соединениях тела;</p> <p><u>г) способность человека к длительному выполнению какой-либо двигательной деятельности без снижения ее эффективности.</u></p>
<p>4. Скоростные способности это...?</p> <p>а) способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных напряжений;</p> <p><u>б) комплекс функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий отрезок времени;</u></p> <p>в) способность к движениям с большим размахом (амплитудой) в определенных соединениях тела;</p> <p>г) способность человека к длительному выполнению какой-либо двигательной деятельности без снижения ее эффективности.</p>
<p>5. Какой метод применяют для развития быстроты реакции</p> <p><u>а) переменный;</u></p> <p>б) поточный;</p> <p>в) круговой;</p> <p>г) равномерный</p>
<p>6. Физические упражнения направлены на развитие:</p> <p>а) крепких отношений;</p> <p><u>б) выносливости;</u></p> <p>в) моральных качеств.</p>
<p>7. Что относится к основным правилам применения упражнений на гибкость:</p> <p>а) не допускать болевых ощущений;</p> <p>б) движения выполнять в медленном темпе;</p> <p>в) постепенно увеличивать амплитуду движений и степень применения силы помощника</p> <p><u>г) все перечисленные</u></p>
<p>8. Какие из перечисленных упражнений используются при развитии гибкости:</p> <p>а) <u>динамические и статические;</u></p> <p>б) игровые и соревновательные;</p> <p>в) все перечисленные</p>
<p>9. При применении дополнительных отягощений, способствующих максимальному проявлению подвижности в суставах, их величина не должна превышать _____ от уровня силовых возможностей растягиваемых мышц</p> <p>а) 70%;</p> <p>б) 60%;</p> <p><u>в) 50%;</u></p> <p>г) 40%</p>
<p>10. Высшая степень координации движений это:</p> <p>а) способность к равновесию;</p> <p><u>б) ловкость;</u></p> <p>в) ритмическая способность;</p> <p>г) способность к ориентированию.</p>

Практическое занятие 3	2 вариант
1. Физические способности – это:	

<p>а) индивидуальные возможности человека, обеспечивающие целесообразную двигательную деятельность;</p> <p>б) способность быстро осваивать разнообразные двигательные действия;</p> <p><u>в) комплекс морфологических и психофизиологических свойств человека, отвечающих требованиям какого-либо вида мышечной деятельности и обеспечивающих эффективность ее выполнения;</u></p> <p>г) физические задатки, выраженные в способности человека осуществлять определенную двигательную деятельность.</p>
<p>2. Создание необычных или внезапно изменяющихся условий выполнения упражнений:</p> <p>а) <u>методы развития ловкости;</u></p> <p>б) методы развития меткости;</p> <p>в) методы развития смелости.</p>
<p>3. Для развития и проявления какого физического качества большое значение имеет величина физиологического поперечника мышц?</p> <p>а) выносливости;</p> <p>б) быстроты;</p> <p><u>в) силы;</u></p> <p>г) ловкости</p>
<p>4. Мышечная сила это...?</p> <p><u>а) способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных напряжений;</u></p> <p>б) комплекс функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий отрезок времени;</p> <p>в) способность к движениям с большим размахом (амплитудой) в определенных соединениях тела;</p> <p>г) способность человека к длительному выполнению какой-либо двигательной деятельности без снижения ее эффективности.</p>
<p>5. Координационные способности – это:</p> <p>а) способность выполнять двигательные действия с высокой быстротой и без излишней мышечной напряженности;</p> <p>б) способность рационально и экономно решать двигательные задачи в различных условиях;</p> <p><u>в) способность целесообразно строить двигательные акты, а также преобразовывать выработанные формы действий или переключаться от одних действий к другим в соответствии с изменяющимися условиями;</u></p> <p>г) способность быстро справляться с новой двигательной задачей в условиях нарастающего утомления.</p>
<p>6. Гибкость это...?</p> <p>а) способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных напряжений;</p> <p>б) комплекс функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий отрезок времени;</p> <p><u>в) способность к движениям с большим размахом (амплитудой) в определенных соединениях тела;</u></p> <p>г) способность человека к длительному выполнению какой-либо двигательной деятельности без снижения ее эффективности.</p>
<p>7. Для развития гибкости плечевого пояса надо выполнять</p> <p>а) - повороты туловища влево-вправо;</p> <p>б) - <u>круговые движения в суставах</u> (кистевых, локтевых, плечевых);</p> <p>в) - упражнение «гимнастический мост».</p>
<p>8. Какие из перечисленных методов развивают гибкость человека:</p> <p>а) равномерный метод;</p> <p><u>б) повторный метод;</u></p>

в) игровой и соревновательный методы.
9. К кондиционным способностям относятся: а) силовые; б) равновесие; в) сенсорные; г) дифференциация мышечных усилий.
10. К координационным способностям относятся: а) динамическая сила; б) быстрота реакции; в) точность; г) специальная выносливость.

Критерии оценивания:

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам тестирования производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

Процент результативности (правильных ответов), %	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений		
	Балл (зачет/незачет)	Балл (отметка)	Вербальный аналог
80-100	зачет	5	отлично
65-79		4	хорошо
50-64		3	удовлетворительно
ниже 50	незачет	2	неудовлетворительно

Технология выполнения учебно-исследовательских работ студентов (УИРС)

Учебно-исследовательская работа № 1.

«Разработка модели техники двигательного действия».

Последовательность действий студента

1. Выбрать физическое упражнение, которое планируется разучить.
2. Описать технику выполнения физического упражнения (модель техники).
3. Сформулировать двигательную задачу, решаемую в данном физическом упражнении.
4. Выписать характеристики техники в соответствии с их классификацией.
5. Определить условия практического применения изучаемого физического упражнения.
6. Описать типичные ошибки, классифицировав их на грубые, значительные и незначительные
7. Наметить количественные показатели, которых должны будут достичь занимающиеся в результате обучения (если предусмотрено двигательной задачей).
8. Описать способы оказания помощи и страховки, которыми должны овладеть занимающиеся (если этого требуют правила безопасности).

Критерии оценки:

- 2 балла - задача сформулирована верно, есть описание модели техники
- 3 балла - задача сформулирована верно, есть описание модели техники, указана классификация ошибок
- 4 балла – задача сформулирована верно, есть описание модели техники, выделено ведущее звено, основа техники, указана классификация ошибок
- 5 баллов – задача сформулирована верно, есть описание модели техники, выделено ведущее звено, основа техники, указана классификация ошибок, контингент занимающихся.

Учебно-исследовательская работа № 2.

«Разработка программы обучения двигательному действию»

Последовательность действий студента

1. В соответствии со структурой процесса обучения (тема № 7) определить частные задачи обучения.
2. Подобрать к каждой частной задаче оптимальные средства и методические приемы обучения.
3. Составить программу по следующей форме:
Программа обучения физическому упражнению

Выполнено студентом: Ф.И.О., курс, группа

Общая задача:

Контингент занимающихся:

Модель техники:

Классификация ошибок

Грубые:

Значительные:

Незначительные:

Количественные требования *

Способы оказания помощи и страховки*

№	Частные задачи	Средства	Методические приемы обучения
---	----------------	----------	------------------------------

*указываются при необходимости

Критерии оценки:

1 балл – Задачи сформулированы не для всех этапов обучения, присутствуют или средства или методические приемы.

2 балла - Задачи сформулированы не для всех этапов обучения, правильно подобраны средства и методические приемы.

3 балла – значительные ошибки в формулировке задач, правильно подобраны средства и методические приемы.

4 балла – Небольшие ошибки в формулировке задач, правильно подобраны средства и методические приемы.

5 баллов – Правильно сформулированы общая и частные задачи обучения на всех этапах, правильно подобраны средства и методические приемы.

Учебно-исследовательская работа № 3

«Разработка программы развития кондиционных способностей»

Последовательность действий студента

1. Проанализировать и выделить вид способности, которая проявляются в физическом упражнении, выбранном для УИРС № 1.

2. Проанализировать и оценить все существенные факторы, которые могут сказаться на уровне развития данной способности.

3. Выбрать способы измерения исходного и достигнутого уровня развития данного вида способности (тест, контрольное упражнение, задание, функциональная проба и т. п.).

4. Определить критерии оценки (единицы измерения показателей результата).

5. Определить частные задачи развития способности (не менее 6).

6. Определить средства (обще и специально подготовительные упражнения, подвижные игры, эстафеты и т. п.) и методы развития, адекватные частным задачам.

7. Определить количество занятий, на которых будет осуществляться развитие данной способности.

8. Составить программу по следующей форме:

Программа развития кондиционной способности

Выполнено студентом: Ф.И.О., курс, группа

Общая задача:

Способ измерения:

Критерий оценки:

Количество занятий:

№	Частные задачи	Средства	Методические приемы развития
---	----------------	----------	------------------------------

Критерии оценки:

2 балла – ошибки формулировке общей и частных задач, правильно подобраны средства и методы, указаны способы оценивания и критерии оценки

3 балла – правильно сформулированы общие и частные задачи, правильно подобраны средства и методы

4 балла – правильно сформулированы общие и частные задачи, правильно подобраны средства и методы, указаны способы оценивания и критерии оценки

5 баллов – правильно сформулированы общие и частные задачи, правильно подобраны средства и методы, указаны способы оценивания и критерии оценки, решена задача контроля.

Примерное содержание контрольных работ по дисциплине

«Теория и история физической культуры и спорта»

Практическое занятие 3. Развитие физических способностей

Тема:

1. Понятие физических способностей и закономерности их развития.

2. Методика развития выносливости у детей школьного (младшего, среднего, старшего – по выбору) возраста.

3. Методика развития скоростных способностей у детей школьного (младшего, среднего, старшего – по выбору) возраста.

4. Методика развития гибкости у детей школьного (младшего, среднего, старшего – по выбору) возраста.

5. Методика развития силовых способностей у детей школьного (младшего, среднего, старшего – по выбору) возраста.

6. Методика развития координационных способностей у детей школьного (младшего, среднего, старшего – по выбору) возраста.

7. Методика развития сенсорных способностей у детей школьного (младшего, среднего, старшего – по выбору) возраста.

8. Методика развития психодинамических способностей у детей школьного (младшего, среднего, старшего – по выбору) возраста.

Критерии оценивания докладов:

оценка 2 (неудовлетворительно) – Тема доклада не раскрыта. Допущены грубые ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Логика и последовательность изложения имеют грубые нарушения. Оформление не отвечает требованиям оформления доклада. Во время выступления отсутствует иллюстративный материал. Отсутствуют выводы. Речь неграмотная. Список литературы оформлен не в соответствии с требованиями и включает менее 2 позиций. Студент не смог ответить на возникшие в ходе выступления вопросы.

оценка 3 (удовлетворительно) – тема доклада раскрыта не полностью и не развернуто. Студент не в полной мере владеет теоретическим материалом по рассматриваемой проблеме, умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщение и выводы вызывают у него затруднения. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Имеются недочеты в оформлении доклада. Во время выступления студент затрудняется в ответе на возникшие в ходе выступления вопросы.

Отсутствует иллюстративный материал. Список литературы оформлен не в соответствии с требованиями и включает 2-4 позиции.

оценка 4 (хорошо) – тема доклада раскрыта полностью, но не развернуто. Студент показал знание теоретического материала по рассматриваемой проблеме, однако умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщения и выводы вызывают у него затруднения. Материал излагается логично, последовательно, с небольшими недочетами. Имеются недочеты в оформлении доклада. Во время защиты студент показал умение пользоваться иллюстративным материалом, смог ответить на поставленные вопросы с помощью «наводящих» вопросов преподавателя. Список литературы оформлен в соответствии с требованиями с незначительными недочетами и состоит из 5-8 позиций.

оценка 5 (отлично) – тема доклада раскрыта полностью и развернуто. Студент показал знание теоретического материала по рассматриваемой проблеме, умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщение и выводы. Материал излагается грамотно, логично, последовательно. Оформление отвечает требованиям оформления доклада. Во время защиты студент показал умение пользоваться иллюстративным материалом кратко, смог корректно ответить на поставленные вопросы. Список литературы оформлен в соответствии с требованиями и состоит не менее чем из 9 позиций.

Устный опрос по дисциплине

«Теория и история физической культуры и спорта»

1. Основные понятия теории физической культуры.
2. Теория физической культуры как наука и учебная дисциплина.
3. Тенденции формирования теории физической культуры в системе знаний о физической культуре.
4. Структура теории физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение.
5. Предмет, цель, задачи и содержание учебного курса «Теория и история физической культуры», её интегрирующая роль и место в системе профессионального образования.
6. Значение теории физической культуры для студентов и выпускников образовательных учреждений физической культуры.
7. Методология исследований в области физической культуры.
8. Понятие о системе физ. культуры. Концептуальные основы системы физической культуры.
9. Социальная сущность физической культуры.
10. Структура физической культуры.
11. Функции физической культуры.
12. Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры.
13. Проблема классификации методов в теории физической культуры.
14. Общие требования к выбору и применению метода.
15. Характеристика методов формирования ФК личности.

Критерии оценки письменного опроса

2 балла – вопрос не раскрыт. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Студент не может конкретизировать обобщённые знания, отсутствует умение сделать вывод.

3 балла – вопрос раскрыт в основном, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ структурирован, изложен литературным языком в терминах науки. Допущены недочёты или незначительные ошибки в объяснении основных положений. Отсутствуют конкретные примеры, нет вывода.

4 балла – вопрос раскрыт полностью, показана совокупность осознанных знаний об объекте, умение выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Демонстрируется умение конкретизировать обобщенные знания, делать вывод. Тезисы работы формулируются в терминах науки, изложены литературным языком, логичны, доказательны, демонстрируют авторскую позицию студента.

5 баллов – вопрос раскрыт полностью, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятий, умении выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Тезисы работы формулируются в терминах науки, изложены литературным языком, логичны, доказательны, демонстрируют авторскую позицию студента, дополнены практическими примерами из тренировочной и соревновательной деятельности.

2. КОМПЛЕКС ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Перечень вопросов для подготовки к экзамену по дисциплине «Теория и история физической культуры и спорта»

1. Теория и история физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина.
2. Характеристика понятий: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация, физическое совершенство их связь и специфические стороны.
3. Структура физической культуры как вида культуры, ее основные функции (общие и специфические).
4. Средства формирования физической культуры личности, их классификация и характеристика.
5. Физические упражнения (классификации, содержание, форма). Факторы, определяющие влияние физических упражнений на занимающихся.
6. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники, фазы двигательного действия, спортивная техника).
7. Классификация характеристик техники двигательных действий, их педагогическое значение.
8. Пространственные и пространственно-временные характеристики техники двигательных действий.
9. Временные и динамические характеристики техники двигательных действий.
10. Ритмические и качественные характеристики техники двигательных действий.
11. Естественные силы природы и гигиенические факторы как средства физической культуры, их характеристика.
12. Принцип сознательности и активности (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
13. Принцип наглядности (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
14. Принцип доступности и индивидуальности (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
15. Принцип систематичности (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
16. Принцип непрерывности (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
17. Принцип прогрессирования воздействий (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
18. Принцип цикличности (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
19. Принцип возрастной адекватности (характеристика, правила реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
20. Классификация методов формирования физической культуры личности. Требования к выбору методов.
21. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их показатели и виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.
22. Равномерный метод (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
23. Переменный метод (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
24. Повторный метод (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
25. Интервальный метод (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
26. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий физическими упражнениями (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

27. Общая характеристика способностей человека (понятие, классификация, взаимосвязь способностей и качеств).
28. Основные закономерности развития физических способностей.
29. Силовые способности (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень проявления, методика развития).
30. Скоростные способности (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень проявления, методика развития).
31. Выносливость (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень проявления, методика развития).
32. Координационные способности и ловкость (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень проявления, методика развития).
33. Сенсорные способности (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень проявления, методика развития).
34. Психодинамические способности (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень проявления, методика развития).
35. Гибкость (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень проявления, методика развития).
36. Способы измерения двигательных способностей. Требования к тестам.
37. Направленность и содержание воспитания личности средствами физической культуры.
38. Методы воспитания личности средствами физической культуры.
39. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков.
40. Понятие и виды переноса двигательных навыков.
41. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям.
42. Последовательность действий педагога на первом этапе процесса обучения двигательным действиям.
43. Последовательность действий педагога на втором этапе процесса обучения двигательным действиям.
44. Последовательность действий педагога на третьем этапе процесса обучения двигательным действиям.
45. Правила формулирования задач обучения двигательным действиям.
46. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения.
47. Способы предупреждения и исправления двигательных ошибок.
48. Общая характеристика методов обучения двигательным действиям.
49. Характеристика методов слова и звукового воздействия, особенности их использования при обучении двигательным действиям.
50. Методы обеспечения наглядности при обучении двигательным действиям.
51. Методы практического упражнения. Классификация, особенности применения на разных этапах процесса обучения двигательным действиям.
55. Игровой метод, особенности его использования в процессе обучения двигательным действиям, развития качеств и воспитания личности.
56. Соревновательный метод, особенности его использования в процессе обучения двигательным действиям, развития качеств и воспитания личности.

Критерии оценивания (для экзамена):

оценка 2 (неудовлетворительно) – ответ не дан или дан неполный и неразвернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют грубые нарушения. Допущены грубые ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не

приводят к коррекции ответа студента на поставленный вопрос. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

оценка 3 (удовлетворительно) - дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют незначительные нарушения. Допущены незначительные ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. При этом студент способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

оценка 4 (хорошо) - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.

оценка 5 (отлично) - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.