



ОРЕНБУРГСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

П. П. ТИССЕН  
Т. А. БОТАГАРИЕВ

# **ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО «ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

---

П. П. Тиссен, Т. А. Ботагариев

## ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Допущено УМС ОГПУ в качестве учебно-методического пособия  
для обучающихся по направлениям подготовки:

44.03.01 Педагогическое образование, профилю Физическая культура;  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки),  
профилям Безопасность жизнедеятельности и Физическая культура,  
Физическая культура и Дополнительное образование (адаптивное  
физическое воспитание); 49.03.01 Физическая культура, профилю  
Физическая культура и спорт; 44.04.01 Педагогическое образование,  
направленности Теория и методики физкультурного образования  
и безопасности жизнедеятельности; специальности 5В010800  
Физическая культура и спорт (Республики Казахстан)

---

Оренбург  
Издательство ОГПУ  
2019

УДК 372.879.6 (075.8)  
ББК 75.1я73  
Т45

## Рецензенты

**С. С. Коровин**, доктор педагогических наук, профессор,  
Оренбургский государственный педагогический университет

**К. Ж. Туребаева**, доктор педагогических наук, доцент,  
Актюбинский региональный государственный университет  
имени К. Жубанова

## Тиссен, П. П.

Т45 **Теория и методика обучения физической культуре** : учеб.-метод. пособие для самостоятельной подготовки студентов / П. П. Тиссен, Т. А. Ботагариев ; Мин-во науки и высшего образования РФ, ФГБОУ ВО «Оренб. гос. пед. ун-т». — Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2019. — 128 с.  
ISBN 978-5-85859-689-9

Пособие разработано в соответствии с требованиями ФГОС ВО и адресовано студентам очной и заочной форм обучения направлений подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль Физическая культура, 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили Безопасность жизнедеятельности и Физическая культура, Физическая культура и Дополнительное образование (адаптивное физическое воспитание) для освоения учебной дисциплины «Теория и методика обучения физической культуре», а также специальности 5В010800 Физическая культура и спорт Республики Казахстан. Оно будет способствовать качественной подготовке студентов к семинарским и лабораторным занятиям и выполнению домашних заданий.

УДК 372.879.6 (075.8)  
ББК 75.1я73

ISBN 978-5-85859-689-9

© Тиссен П. П., Ботагариев Т. А., 2019  
© Оформление. Изд-во ОГПУ, 2019

# ОГЛАВЛЕНИЕ

---

ВВЕДЕНИЕ .....	5
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ» В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ .....	7
1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	7
1.2. Перечень планируемых результатов по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....	8
1.3. Содержание и структура дисциплины.....	11
1.3.1. Содержание разделов дисциплины .....	11
1.3.2. Структура дисциплины .....	17
1.3.3. Лекции .....	19
1.3.4. Практические занятия (семинары).....	20
2. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ ПО ОСВОЕНИЮ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ» .....	27
Тема 1. Теория и методика обучения физической культуре в структуре подготовки педагога физической культуры .....	27
Тема 2. Этапы развития и основные направления совершенствования и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».....	28
Тема 3. Содержание образования по предмету «Физическая культура» .....	29
Тема 4. Основы планирования процесса физкультурного образования обучающихся .....	31
Тема 5. Урок в структуре дидактических процессов по предмету «Физическая культура».....	33
Тема 6. Основы организации и проведения урока физической культуры по требованиям ФГОС.....	37
Тема 7. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура» .....	37

Тема 8. Структура и организация дидактических процессов по предмету «Физическая культура».....	38
Тема 9. Оценочно-аналитический компонент в технологии учебного процесса по физической культуре в школе.....	41
Тема 10. Технология преподавания предмета «Физическая культура» в школе.....	43
Тема 11. Структура и организация внеурочной физкультурно-спортивной деятельности в школьной образовательной организации .....	45
3. СРЕДСТВА ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И ДИДАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ СТУДЕНТОВ ПО ОСВОЕНИЮ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ» .....	50
3.1. Оценочные средства текущего контроля успеваемости .....	50
3.1.1. Показатели и критерии оценки знаний .....	50
3.1.2. Оценка знаний с помощью компьютерного тестирования.....	51
3.1.3. Показатели и критерии оценки реферата .....	94
3.1.4. Критерии оценивания выполнения индивидуальных домашних заданий .....	95
3.1.5. Критерии оценивания контрольной работы.....	96
3.2. Оценочные средства промежуточной аттестации.....	97
3.2.1. Показатели и критерии оценивания курсовой работы .....	97
3.2.2. Перечень вопросов к устному зачету и критерии его оценки ....	101
3.2.3. Перечень вопросов к экзамену и критерии его оценки .....	105
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	112
<i>Приложение 1. План-конспект урока физической культуры</i> .....	118
<i>Приложение 2. Схема анализа урока физической культуры</i> .....	119

## ВВЕДЕНИЕ

Самостоятельная работа студентов наряду с аудиторной — одна из форм организации образовательного процесса в вузе и является существенной его частью. В общем объеме подготовки специалиста, согласно требованиям новых образовательных стандартов высшего образования, самостоятельная работа составляет до 50% от общего времени, отводимого на приобретение студентом необходимых профессиональных компетенций в избранной образовательной области.

Самостоятельную работу студентов (СРС) необходимо рассматривать как планируемую работу по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

В вузе существуют различные виды самостоятельной работы. Это подготовка к лекциям, семинарам, практическим занятиям, лабораторным работам, зачетам, экзаменам, выполнение рефератов, домашних заданий, курсовых и контрольных работ, графических заданий, а на заключительном этапе — выпускной квалификационной работы. В вузах физкультурного профиля к самостоятельной работе необходимо отнести и участие в учебно-тренировочном процессе по совершенствованию профессиональных умений и навыков в избранном виде спорта.

Кроме того, дисциплины предметной подготовки по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, профиль Физическая культура и направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили Физическая культура и ..., специальности 5В010800 Физическая культура и спорт Республики Казахстан связаны общими требованиями ФГОС ВО к целостной подготовке специалиста. Они закладываются сегодня в фонды оценочных средств (ФОСы) по каждой отдельно взятой дисциплине. Именно ФОСы определяют необходимый объем само-

стоятельной работы студента для освоения им содержания образования по каждой дисциплине учебного плана.

По учебному плану на освоение дисциплины «Теория и методика обучения физической культуре» (направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль Физическая культура) выделяется 216 часов (из них 74 часа — аудиторные занятия, 115 — самостоятельная работа, 27 — контроль); по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили Физическая культура и ... выделяется 180 часов (из них 74 часа — аудиторные занятия, 79 — самостоятельная работа, 27 — контроль); по специальности 5В010800 Физическая культура и спорт выделяется 135 часов (30 часов лекционных, 15 часов семинарских занятий, 90 часов — самостоятельная работа).

Предлагаемое учебно-методическое пособие не повторяет содержания учебников по данному направлению подготовки, а ставит конкретные задачи, решая которые студенты самостоятельно приобретают необходимые для будущей профессиональной деятельности системы знаний и умений, выходят на поисково-творческий уровень освоения содержания дисциплины и понимание ее значимости в общей структуре профессиональной подготовки. Освоение содержания конкретной дисциплины будет способствовать формированию навыков самостоятельной работы вообще — в учебной, научной, спортивной, профессиональной деятельности, способности принимать на себя ответственность, самостоятельно решать проблемы, находить конструктивные решения, выход из кризисной ситуации и т.д.

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ» В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

## **1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Теория и методика обучения физической культуре» (ТиМОФК) связана с целым комплексом научных дисциплин ОПОП ВО. Одни из них изучают социальные закономерности развития и организации физической культуры, влияние физических упражнений на организм и психику человека, а также применение средств и методов педагогического воздействия и взаимодействия (общая теория и методика физической культуры, педагогика, психология и физиология физического воспитания, психология спорта, социология спорта, теория и методика спорта и др.). Науки медико-биологического цикла (физиология, анатомия, медицина, биология) дают представление о процессах биологического развития человека. Каждая из названных наук изучает определенную сторону физического развития человека.

Таким образом, дисциплина «Теория и методика обучения физической культуре» как самостоятельная наука интегрирует достижения смежных наук и представляет собой систему педагогических воздействий для достижения результатов обучения в процессе физического образования. Она опирается и на естественнонаучные дисциплины — физиологию, биомеханику двигательных действий, медико- и психолого-педагогический контроль и др.

Методологической основой предмета являются положения отечественных и зарубежных специалистов в области философии, психологии, медицины, биологии, физиологии и других наук о взаимосвязи и взаимозависимости развития двигательных функций и психики человека, о

жизненно важной роли двигательной активности как основы жизнеобеспечения его организма, особенностях взаимодействия учителя и учащихся, преподавателя и студентов.

Дисциплина «Теория и методика обучения физической культуре» является базовой в изучении таких частей ОПОП, как «Теория и методика спортивной подготовки», «Теория и методика избранного вида спорта», «Теория и методика базовых и новых видов двигательной активности», «Основы научно-методической деятельности студентов», и входит в один из разделов государственных аттестационных испытаний по направлению подготовки «Педагогическое образование».

Таким образом, ТиМОФК составляет совокупность знаний частной дидактики и методов преподавания данной дисциплины; представляет собой общий курс, интегрирующий процессы обучения, воспитания и развития учащихся на уроках физической культуры в целостный педагогический процесс.

Основной функцией ТиМОФК как учебной дисциплины является интеграция теоретических знаний и практических умений и навыков, приобретенных студентами при изучении всех других учебных дисциплин, в профессионально-педагогическую компетенцию специалиста в сфере физической культуры (ФК).

## **1.2. Перечень планируемых результатов по дисциплине, соотношенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Процесс изучения дисциплины в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки направлен на формирование элементов следующих компетенций:

- готовности поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность;

- готовности к взаимодействию с участниками образовательного процесса;
- способности организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности.

***В результате освоения дисциплины обучающийся должен:***

***Знать:***

- ценностные основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и общего образования;
- правовые нормы реализации деятельности в образовании и сфере физической культуры;
- сущность и структуры образовательных процессов;
- особенности реализации педагогических процессов на уроках физической культуры;
- основы просветительской деятельности;
- теории и технологии обучения и воспитания ребенка, сопровождения субъектов педагогических процессов;
- содержание предмета (ГОС, примерные программы, авторские программы, БУП и т.п.);
- закономерности физического, интеллектуального, умственного и психического развития;
- способы взаимодействия учителя с субъектами педагогического процесса;
- способы профессионального самопознания и саморазвития.

***Уметь:***

- системно анализировать и выбирать образовательные концепции и технологии;
- учитывать различные особенности, в которых протекают процессы обучения, воспитания и развития обучающихся;
- учитывать в педагогическом взаимодействии индивидуальные особенности учащихся;
- планировать образовательный процесс с учетом современных образовательных технологий;

- осуществлять образовательный процесс по физической культуре с различным возрастным контингентом;
- проектировать элективные курсы с использованием последних достижений науки;
- организовывать внеучебную физкультурно-спортивную деятельность;
- организовывать деятельность физкультурного актива школы и управлять ею;
- использовать теоретические знания для генерации новых идей в сфере физкультурного образования.

***Владеть:***

- способами пропаганды физической культуры и здорового образа жизни;
- способами ориентации в педагогической профессии;
- способами психолого-педагогической поддержки;
- способами взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;
- способами проектной и инновационной деятельности в физкультурном образовании;
- способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования информационной среды вуза, региона, области и России.

***Приобрести опыт:***

- в физкультурно-спортивной деятельности (проведение всех форм организации физической культуры со всеми категориями населения);
- в общественной деятельности;
- в организации взаимодействия субъектов педагогической деятельности.

### 1.3. Содержание и структура дисциплины

#### 1.3.1. Содержание разделов дисциплины

Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3
1. Теория и методика обучения физической культуре в структуре подготовки педагога физической культуры	Обучение в образовательном процессе. Специфика обучения в процессе физкультурного образования. Функции обучения (образовательная, воспитательная, развивающая). Теоретико-методологические основы дисциплины, связь с курсом «Теория и методика физической культуры». Основные понятия теории и методики обучения физической культуре. Предмет «Физическая культура», «Физкультурное образование», «Теория и методика физической культуры», «Частная дидактика» и «Методика преподавания», «Дидактические процессы». Педагогическая система предмета «Физическая культура»; характеристика элементов системы; цель и задачи учебного предмета	УО ДЗ
2. Этапы развития и основные направления совершенствования современного физкультурного образования	Содержание основных этапов развития предмета «Физическая культура». Основные направления совершенствования и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Предпосылки совершенствования современного этапа физкультурного образования школьников	УО ДЗ
3. Содержание образования по предмету «Физическая культура»	Основы содержания образования по предмету «Физическая культура». Факторы, определяющие содержание образования по предмету «Физическая культура» (социальный заказ, состояние подготовленности школьников, потребности личности, возможности государства и т.п.). Государственный стандарт общего образования (определение, цель). Физическая культура — инвариантная составляющая базовой части (федерального компонента) ГОС РФ. Структура стандарта.	УО ДЗ

1	2	3
<p>4. Основы планирования процесса физкультурного образования обучающихся</p>	<p>Образовательный стандарт по предмету «Физическая культура», структура и содержание. Стандарт начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования по физической культуре. Характеристика основных блоков содержания стандарта: системы знаний, системы двигательных и инструкторских умений и навыков, системы двигательных способностей, системы норм и требований, системы видов физкультурной деятельности по этапам обучения. Основные документы, регламентирующие содержание образования по предмету «Физическая культура». Характеристика примерной (типовой) учебной программы по физической культуре. Основы методического и материально-технического обеспечения процесса физического образования в школе</p>	<p>УО ДЗ КР</p>
	<p>Планирование в технологии преподавания по предмету. Определение, цель, функции и задачи планирования. Виды планирования (перспективное, этапное, краткосрочное). Основные документы планирования дидактических процессов. Перспективное планирование: общий план работы школы по физической культуре (составители, основные разделы, назначение, различные варианты составления плана); годовой план-график учебного процесса (сетка часов, графический); методические указания к перспективному планированию. Технологии этапного планирования: поурочный (тематический) план на четверть или раздел программы (графический, текстовый). Технологии краткосрочного планирования (составление плана-конспекта урока) — особенности, содержание.</p> <p>Основные требования к составлению планов (реальность, конкретность, вариативность, преемственность и перспективность, простота и наглядность)</p>	

Продолжение табл.

1	2	3
<p>5. Урок в структуре дидактических процессов по предмету «Физическая культура»</p>	<p>Место урока в структуре дидактических процессов. Определение, основные требования к уроку и его отличительные черты от других форм организации физической культуры в школе. Классификация уроков физической культуры, особенности проведения уроков различного типа (теоретической направленности, вводного урока, урока обучения и др.) и вида (гимнастики, легкой атлетики и др.). Особенности проведения комбинированных, смешанных и комплексных уроков. Соотношение типовой и видовой направленности уроков в связи с возрастом занимающихся. Содержание и структура урока. Общая характеристика частей урока (подготовительной, основной и заключительной); направленность, задачи, средства и методы, продолжительность и т.п. Характеристика элементов урока. Характеристика компонентов урока. Технология проведения урока физической культуры. Методические особенности построения и проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока. Технология построения и организации урока. Определение и постановка задач урока. Особенности организации дидактического взаимодействия педагога и учащихся на уроке (способы размещения учащихся и порядок выполнения учебных заданий). Технология определения психофизической нагрузки урока и ее регулирование. Основные понятия, характеризующие психофизическую нагрузку (срочный тренировочный эффект, кумулятивный тренировочный эффект, объем и интенсивность нагрузки). Методические особенности регулирования нагрузок на уроке. Внешние признаки утомления. Основы технологии хронометража урока и особенности построения физиологической кривой урока. Плотность урока (общая и моторная), технология ее определения и факторы повышения</p>	<p>УО ДЗ Р</p>
<p>6. Основы организации и проведения урока ФК по требованиям ФГОС</p>	<p>Требования к современному уроку физической культуры. Методические особенности формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках физической культуры. Особенности организации уроков по требованиям ФГОС с учетом психофизической нагрузки</p>	<p>УО ДЗ</p>

1	2	3
<p>7. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура»</p>	<p>Особенности дидактических процессов, их взаимосвязь с другими элементами педагогической системы предмета. Понятие «дидактические процессы» в предмете «Физическая культура». Деятельность преподавания и деятельности учения как составляющие дидактических процессов. Субъекты дидактического взаимодействия. Педагог и учащиеся как субъекты взаимодействия.</p> <p>Назначение деятельности учителя ФК по организации учебно-воспитательного процесса. Основные функции деятельности учителя физической культуры (1-я группа: развивающая, информационная, ориентационная, мобилизационная; 2-я группа: конструктивная, коммуникативная, организационная, гностическая). Функциональные обязанности учителя физической культуры. Структура деятельности учителя физической культуры, характеристика ее компонентов: конкретизация цели и задач; отбор и обоснование средств; программирование; дидактическое взаимодействие с учащимися; контроль учебно-воспитательных воздействий; анализ взаимодействия и разработка рекомендаций. Критерии оценки деятельности учителя физической культуры</p>	УО
<p>8. Структура и организация дидактических процессов по предмету «Физическая культура»</p>	<p>Структура и организация дидактических процессов на уроках физической культуры в школе. Этапы развертывания дидактических процессов на уроках физической культуры в школе. Теоретические и психолого-педагогические основы формирования знаний в образовательной области «Физическая культура». Этапы формирования знаний. Уровни освоенности знаний. Основные педагогические требования к процессу формирования знаний.</p> <p>Двигательные умения и навыки как результат обучения. Особенности обучения двигательным действиям. Структура обучения. Характеристика двигательного умения. Основные признаки двигательного умения.</p>	УО ДЗ Р

1	2	3
9. Оценочно-аналитический компонент в технологии учебного процесса по физической культуре в школе	<p>Характеристика двигательного навыка. Основные отличительные черты двигательного навыка. Положительный и отрицательный перенос навыка.</p> <p>Характеристика готовности учащихся к обучению двигательному действию (собственно физическая, двигательная, или координационная, психическая).</p> <p>Этапы дидактических процессов. Структура процесса обучения двигательному действию. Характеристика этапов обучения двигательному действию (формирования готовности к обучению, начального разучивания двигательного действия, углубленного разучивания двигательного действия, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия, формирования умения использовать знания и двигательные навыки в практической деятельности); цель этапов, задачи, структура, методические особенности, возможные ошибки, контроль и оценка</p>	УО ДЗ
	<p>Сущность оценочно-аналитического компонента, его место и значение в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету. Термины «оценка» и «отметка».</p> <p>Функции оценки (контролирующая, обучающая, стимулирующая, воспитывающая).</p> <p>Основные требования к оценке (объективность, систематичность, ясность и индивидуализация). Критерии оценки (качественные и количественные).</p> <p>Методы оценки сформированности знаний, двигательной, физической и тактической подготовленности учащихся. Характеристика метода экспертных оценок, опроса, тестирования и программированного метода. Методические особенности оценки физкультурно-спортивной деятельности учащихся. Оценка текущей, промежуточной и итоговой успеваемости. Педагогический анализ урока. Назначение педагогического анализа и его виды (параметрический, тематический и итоговый). Технологии проведения педагогического анализа урока физической культуры. Методы педагогического анализа (наблюдение, хронометрирование, пульсометрия и метод рейтинга).</p>	

1	2	3
<p>10. Технологии преподавания предмета «Физическая культура» в школе</p>	<p>Основные направления педагогического анализа (наличие конспекта урока, подготовленность учителя и т.п.). Методика оценки успешности урока физической культуры. Характеристика рейтингового метода оценки деятельности и мастерства учителя</p> <p>Состояние научно-теоретической разработанности технологического подхода к организации учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе. Развитие идей педагогической теории в России. Определение педагогической технологии. Основные группы педагогических технологий (объяснительно-иллюстративного обучения, личностно ориентированного обучения, развивающего обучения). Уровни педагогических технологий (общепедагогической, частнометодической, локальной). Содержание циклов технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Понятие цикла технологии. Характеристика больших макроциклов, мезоциклов и микроциклов. Характеристика малых макроциклов, мезоциклов и микроциклов. Характеристика компонентов циклов технологии учебно-воспитательного процесса: целеполагания, селекции (отбора), программирования, стимулирования и мотивации, оперативно-деятельностного, оценочно-аналитического</p>	<p>УО ДЗ</p>
<p>11. Структура и организация внеурочной физкультурно-спортивной деятельности в школьной образовательной организации</p>	<p>Цель и задачи внеурочной деятельности. Анализ программ внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности. Виды внеурочной деятельности, модели организации внеурочной деятельности. Особенности внеклассной спортивно-массовой работы с учащимися начальной, основной и средней школ. Школьный спортивный клуб как форма организации внеурочной спортивной работы в школе (цель, задачи, оформление клуба, содержание работы и т.п.)</p>	<p>УО ДЗ Тесты</p>

**Сокращения:** УО — устный опрос; ДЗ — домашнее задание; КР — контрольная работа; Р — реферат

### 1.3.2. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц (216 часов).

#### Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ по семестрам

Вид учебной работы	Трудоемкость		
	зачетных единиц	часов	Семестры
<b>Общая трудоемкость</b> по учебному плану	<b>6</b>	<b>216</b>	<b>5—6</b>
<b>Аудиторные занятия</b>	<b>2</b>	<b>74</b>	<b>5—6</b>
Лекции (Л)	—	14	5
		16	6
Практические занятия (ПЗ)	—	20	5
		24	6
Лабораторные работы (ЛР)	—	—	—
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>3</b>	<b>115</b>	<b>5—6</b>
Курсовая работа (КР)	—	18	6
Реферат (Р)	—	4	—
Контрольная работа (К)	—	4	—
Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.)	—	89	5—6
<b>Вид контроля: зачет / экзамен</b>	<b>1</b>	<b>27</b>	<b>5—6</b>

#### Разделы дисциплины и виды занятий, изучаемые в 5 семестре

Раздел	Количество часов				
	Всего	Аудиторная работа			Внеауд. СР
		Л	ПЗ (С)	ЛР	
1. Теория и методика обучения физической культуре в структуре подготовки педагога физической культуры	12	2	2	—	8

Продолжение табл.

Раздел	Количество часов				
	Всего	Аудиторная работа			Внеауд. СР
		Л	ПЗ (С)	ЛР	
2. Этапы развития и основные направления совершенствования и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»	12	2	2	—	8
3. Содержание образования по предмету «Физическая культура»	14	2	4	—	8
4. Основы планирования процесса физкультурного образования обучающихся	14	2	4	—	8
5. Урок в структуре дидактических процессов по предмету «Физическая культура»	18	4	6	—	8
6. Основы организации и проведения урока ФК по требованиям ФГОС	12	2	2	—	8
<b>Всего</b>	<b>82</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>—</b>	<b>48</b>

**Разделы дисциплины и виды занятий, изучаемые  
в 6 семестре**

Раздел	Количество часов				
	Всего	Аудиторная работа			Внеауд. СР
		Л	ПЗ (С)	ЛР	
1. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура»	16	2	2		12
2. Структура и организация дидактических процессов по предмету «Физическая культура»	22	4	6		12
3. Оценочно-аналитический компонент в технологии учебного процесса по физической культуре в школе	22	4	6		12
4. Технология преподавания предмета «Физическая культура в школе»	20	2	4		14
5. Структура и организация внеурочной физкультурно-спортивной деятельности в школьной образовательной организации	27	4	6		17
<b>Всего</b>	<b>107</b>	<b>16</b>	<b>24</b>		<b>67</b>

### 1.3.3. Лекции

Раздел	Тема	Количество часов
1	Теория и методика обучения физической культуре в структуре подготовки педагога физической культуры	2
2	Этапы развития и основные направления совершенствования и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»	2
3	Содержание образования по предмету «Физическая культура»	2
4	Основы планирования процесса физкультурного образования обучающихся	2
5	Урок в структуре дидактических процессов по предмету «Физическая культура»	4
6	Основы организации и проведения урока физической культуры по требованиям ФГОС	2
7	Дидактические процессы в предмете «Физическая культура»	2
8	Структура и организация дидактических процессов по предмету «Физическая культура»	4
9	Оценочно-аналитический компонент в технологии учебного процесса по физической культуре в школе	4
10	Технология преподавания предмета «Физическая культура в школе»	2
11	Структура и организация внеурочной физкультурно-спортивной деятельности в школьной образовательной организации	4
	<b>Итого</b>	<b>30</b>

### 1.3.4. Практические занятия (семинары)

Номер занятия	Номер раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Обучение в образовательном процессе. Специфика обучения в процессе физкультурного образования. Функции обучения (образовательная, воспитательная, развивающая). Теоретико-методологические основы дисциплины, связь с курсом «Теория и методика физической культуры». Основные понятия теории и методики обучения физической культуре. Предмет «Физическая культура», «Физкультурное образование», «Теория и методика физической культуры», «Частная дидактика» и «Методика преподавания», «Дидактические процессы». Педагогическая система предмета «Физическая культура»; характеристика элементов системы; цель и задачи учебного предмета	2
2	2	Этапы развития и основные направления совершенствования и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»	2
3	3	Основы содержания образования по предмету «Физическая культура». Факторы, определяющие содержание образования по предмету «Физическая культура» (социальный заказ, состояние подготовленности школьников, потребности личности, возможности государства и т.п.). Государственный стандарт общего образования (определение, цель). Физическая культура — инвариантная составляющая базовой части (федерального компонента) ГОС РФ. Структура стандарта. Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) по предмету «Физическая культура», структура и содержание. ФГОС начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования по физической культуре.	2

Продолжение табл.

Номер занятия	Номер раздела	Тема	Кол-во часов
4	3	<p>Характеристика основных блоков содержания стандарта: системы знаний, системы двигательных и инструкторских умений и навыков, системы двигательных способностей, системы норм и требований, системы видов физкультурной деятельности по этапам обучения</p> <p>Характеристика основных документов, регламентирующих содержание образования по предмету «Физическая культура»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- базисный учебный план;</li> <li>- обязательный минимум содержания образования по предмету;</li> <li>- примерная учебная программа;</li> <li>- учебная или авторская программа;</li> <li>- рабочая учебная программа;</li> <li>- учебник по физической культуре</li> </ul>	2
5	4	<p>Основы планирования процесса физкультурного образования обучающихся. Сущность программирования в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету.</p> <p>Планирование в технологии преподавания по предмету. Определение, цель, функции и задачи планирования. Виды планирования (перспективное, этапное, краткосрочное). Основные документы планирования дидактических процессов. Перспективное планирование: общий план работы школы по физической культуре (составители, основные разделы, значение, различные варианты составления плана); годовой план-график учебного процесса (сетка часов, графический); методические указания к перспективному планированию. Общий план работы школы по физической культуре (составители, основные разделы, значение, различные варианты составления плана); годовой план-график учебного процесса (сетка часов, графический); методические указания к перспективному планированию</p>	2

Номер занятия	Номер раздела	Тема	Кол-во часов
6	4	<p>Технология этапного планирования: поурочный (тематический) план на четверть или раздел программы (графический, текстовый).</p> <p>Тематическое планирование с учетом особенностей формирования УУД.</p> <p>Технология краткосрочного планирования (составление плана-конспекта урока) — особенности, содержание.</p> <p>Основные требования к составлению планов (реальность, конкретность, вариативность, преемственность и перспективность, простота и наглядность)</p>	2
7	5	<p>Место урока в структуре дидактических процессов. Определение, основные требования к уроку и его отличительные черты от других форм организации физической культуры в школе. Классификация уроков физической культуры, особенности проведения уроков различного типа (теоретической направленности, вводного урока, урока обучения и др.) и вида (урока гимнастики, легкой атлетики и др.). Особенности проведения комбинированных, смешанных и комплексных уроков. Соотношение типовой и видовой направленности уроков в связи с возрастом занимающихся</p>	2
8	5	<p>Содержание и структура урока. Общая характеристика частей урока (подготовительной, основной и заключительной): направленность, задачи, средства и методы, продолжительность и т.п. Характеристика элементов урока. Характеристика компонентов урока. Технология проведения урока физической культуры. Методические особенности построения и проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока. Технология построения и организации урока. Определение и постановка задач урока. Особенности организации дидактического взаимодействия педагога и учащихся на уроке (способы размещения учащихся и порядок выполнения учебных заданий)</p>	2

Продолжение табл.

Номер занятия	Номер раздела	Тема	Кол-во часов
9	5	Основные понятия, характеризующие психофизическую нагрузку (срочный тренировочный эффект, кумулятивный тренировочный эффект, объем и интенсивность нагрузки). Методические особенности регулирования нагрузок на уроке. Внешние признаки утомления. Основы технологии хронометража урока и особенности построения «физиологической кривой урока». Плотность урока (общая и моторная), технология ее определения и факторы повышения	2
10	6	Особенности организации и проведения урока физической культуры по требованиям ФГОС. Методические особенности формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках физической культуры. Основные принципы организации урока по ФГОС	2
11	7	Особенности дидактических процессов, их взаимосвязь с другими элементами педагогической системы предмета. Понятие «дидактические процессы» в предмете «Физическая культура». Деятельность преподавания и деятельность учения как составляющие дидактических процессов. Субъекты дидактического взаимодействия. Педагог и учащиеся как субъекты взаимодействия. Назначение деятельности учителя ФК по организации учебно-воспитательного процесса. Основные функции деятельности учителя физической культуры (1-я группа: развивающая, информационная, ориентационная, мобилизационная; 2-я группа: конструктивная, коммуникативная, организационная, гностическая). Функциональные обязанности учителя физической культуры. Структура деятельности учителя физической культуры, характеристика ее компонентов: конкретизация цели и задач; отбор и обоснование средств; программирование; дидактическое взаимодействие с учащимися; контроль, учебно-воспитательных воздействий; анализ взаимодействия и разработка рекомендаций. Критериальные характеристики деятельности учителя физической культуры	2

Номер занятия	Номер раздела	Тема	Кол-во часов
12	8	Структура и организация дидактических процессов по предмету «Физическая культура». Структура и организация дидактических процессов на уроках физической культуры в школе. Этапы развертывания дидактических процессов на уроках физической культуры в школе. Теоретические и психолого-педагогические основы формирования знаний в образовательной области «Физическая культура». Этапы формирования знаний. Уровни освоенности знаний. Основные педагогические требования к процессу формирования знаний	2
13	8	Двигательные умения и навыки как результат обучения. Особенности обучения двигательным действиям. Структура обучения. Характеристика двигательного умения. Основные признаки двигательного умения. Характеристика двигательного навыка. Основные отличительные черты двигательного навыка. Положительный и отрицательный перенос навыка. Характеристика готовности учащихся к обучению двигательному действию (собственно физическая, двигательная или координационная, психическая)	2
14	8	Этапы дидактических процессов. Структура процесса обучения двигательному действию. Характеристика этапов обучения двигательному действию (формирования готовности к обучению, начального заучивания двигательного действия, углубленного заучивания двигательного действия, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия, формирования умения использовать знания и двигательные навыки в практической деятельности); цель этапов, задачи, структура, методические особенности, возможные ошибки, контроль и оценка	2
15	9	Оценочно-аналитический компонент в технологии учебного процесса по физической культуре в школе. Сущность оценочно-аналитического компонента, его место и значение в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету.	

Продолжение табл.

Номер занятия	Номер раздела	Тема	Кол-во часов
15	9	Термины «оценка» и «отметка». Функции оценки (контролирующая, обучающая, стимулирующая, воспитывающая). Основные требования к оценке (объективность, систематичность, гласность и индивидуализация). Критерии оценки (качественные и количественные). УУД как результат обучения в школе. УУД, их характеристика и особенности формирования на уроках физической культуры	2
16	9	Методы оценки сформированности знаний, двигательной, физической и тактической подготовленности учащихся. Характеристика метода экспертных оценок, опроса, тестирования и программированного метода. Методические особенности оценки физкультурно-спортивной деятельности учащихся. Оценка текущей, промежуточной и итоговой успеваемости	2
17	9	Педагогический анализ урока. Назначение педагогического анализа и его виды (параметрический, тематический и итоговый). Педагогика проведения педагогического анализа урока физической культуры. Методы педагогического анализа (наблюдение, хронометрирование, пульсометрия, метод рейтинга). Основные направления педагогического анализа (наличие контекста урока, подготовленность учителя и т.п.). Методика оценки успешности урока физической культуры. Характеристика рейтингового метода оценки деятельности и мастерства учителя	2
18	10	Педагогика преподавания предмета «Физическая культура» в школе. Состояние научно-теоретической разработанности педагогического подхода к организации учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе. Развитие идей педагогической педагогики в России. Определение педагогической педагогики. Основные группы педагогических технологий (объяснительно-иллюстративного обучения, личностно ориентированного обучения, развивающего обучения). Уровни педагогических технологий (общепедагогический, частнометодический, локальный)	2

Продолжение табл.

Номер занятия	Номер раздела	Тема	Кол-во часов
19	10	Содержание циклов технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Понятие цикла технологии. Характеристика больших макроциклов, мезоциклов и микроциклов. Характеристика малых макроциклов, мезоциклов и микроциклов. Характеристика компонентов циклов технологии учебно-воспитательного процесса: целеполагания, селекции (отбора), программирования, стимулирования и мотивации, оперативного-деятельного, оценочно-аналитического	2
20	11	Структура и содержание внеурочной физкультурно-спортивной деятельности в школьной образовательной организации. Цель и задачи внеурочной деятельности. Анализ программ внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности	2
21	11	Виды внеурочной деятельности, модели организации внеурочной деятельности. Особенности внеклассной спортивно-массовой работы с учащимися начальной, основной и средней школ	2
22	11	Школьный спортивный клуб как форма организации внеурочной спортивной работы в школе (цель, задачи, оформление клуба, содержание работы и т.п.)	2
		<b>Итого</b>	<b>44</b>

**2. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ  
ПО ОСВОЕНИЮ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

**Тема 1. Теория и методика обучения физической культуре  
в структуре подготовки педагога физической культуры**

***Вопросы для семинарского занятия № 1***

Раскрыть специфические особенности обучения в процессе физкультурного образования. Функции обучения. Охарактеризовать связь дисциплины с курсом «Теория и методика физической культуры».

Раскрыть основные понятия теории и методики обучения физической культуре (предмет «Физическая культура», «Физкультурное образование», «Теория и методика физической культуры», «Частная дидактика» и «Методика преподавания», «Дидактические процессы»). Дать характеристику основных элементов педагогической системы предмета «Физическая культура». Раскрыть цель и задачи дисциплины.

***Самостоятельная работа студента***

Представленную модель системы предмета «Физическая культура» дополнить возможными элементами и компонентами.

***Основная литература:*** [9; 16].

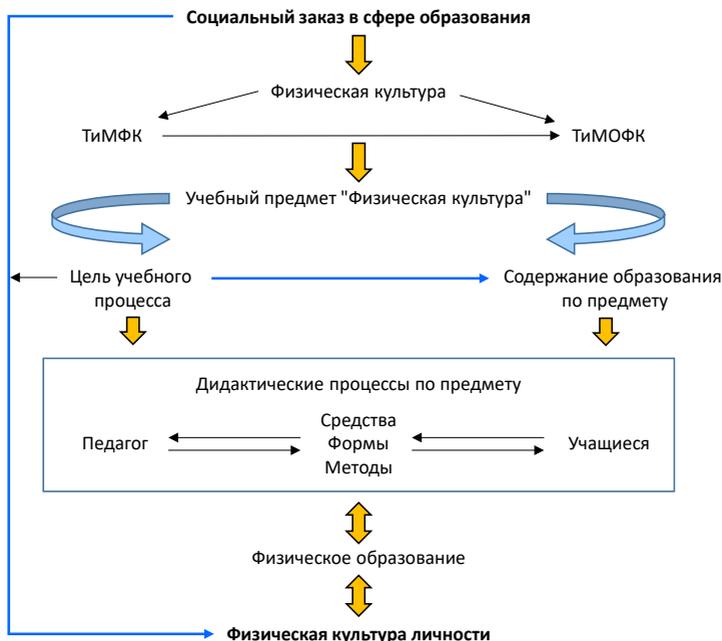
***Дополнительная литература:*** [4; 25].

***Интернет-ресурсы:***

<http://www.trainer.h1.ru> (Сайт учителя физической культуры)

<http://kzg.narod.ru> (Журнал «Культура здоровой жизни»)

## Педагогическая система предмета "Физическая культура"



### Тема 2. Этапы развития и основные направления совершенствования и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»

#### *Вопросы семинарского занятия № 2*

Раскрыть содержание основных этапов развития предмета «Физическая культура». Обосновать основные направления совершенствования и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Раскрыть предпосылки совершенствования современного этапа физкультурного образования школьников.

#### *Самостоятельная работа студента*

Рассмотреть этапы развития предмета «Физическая культура» и факторы, обуславливающие необходимость обновления его содержания на современном этапе.

Заполнить таблицу «Характеристика этапов развития предмета “Физическая культура”» по приведенной ниже форме.

	1 этап	2 этап	3 этап	4 этап
Название этапа				
Временной период				
Характеристика этапа				

*Основная литература:* [9, с. 6—17].

*Дополнительная литература:* [25, с. 25—33].

### **Тема 3. Содержание образования по предмету «Физическая культура»**

#### ***Вопросы семинарского занятия № 3***

Охарактеризовать содержание образования по предмету «Физическая культура». Факторы, определяющие содержание образования по предмету «Физическая культура» (социальный заказ, состояние подготовленности школьников, потребности личности, возможности государства и т.п.).

Государственный стандарт общего образования (определение, цель). Физическая культура — инвариантная составляющая базовой части (федерального компонента) ГОС РФ. Структура стандарта.

ФГОС начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования по физической культуре. Характеристика основных блоков содержания стандарта: системы знаний, системы двигательных и инструкторских умений и навыков, системы двигательных способностей, системы норм и требований, системы видов физкультурной деятельности по этапам обучения.

### **Задание к семинару № 3**

Выписать из стандарта требования к личностным, предметным и метапредметным результатам освоения образовательной программы по ФК учащихся, оканчивающих начальную, основную и полную среднюю школу. Форма таблицы приведена ниже.

#### **Результаты освоения образовательной программы по физической культуре**

<i>ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</i>		
Учащимися НОО	Учащимися ООО	Учащимися СОО
<b>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>		
<b>ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>		

**Основная литература:** [9]; Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС): начального образования (2009 г.); основного образования (2010 г.); среднего образования (2012 г.).

**Дополнительная литература:** [40].

### **Вопросы семинарского занятия № 4**

Охарактеризовать основные документы, регламентирующие содержание образования по предмету «Физическая культура»:

- базисный учебный план;
- примерную учебную программу;
- учебную или авторскую программу;
- рабочую учебную программу;
- учебник по физической культуре.

### **Задание к семинару № 4**

Провести анализ и оценку действующих моделей типовых (примерных и авторских) программ по физическому воспитанию учащихся 1—11 классов общеобразовательных школ. Заполнить таблицу по предлагаемой ниже форме.

№ п/п	Ф.И.О. автора программы	Содержание программы	Отличительные особенности

*Основная литература:* [9; 53].

*Дополнительная литература:* [15; 32; 40; 41; 42; 48; 51; 52].

#### **Тема 4. Основы планирования процесса физкультурного образования обучающихся**

##### ***Вопросы семинарского занятия № 5***

Раскрыть основные направления планирования предмета «Физическая культура».

Определение, цель, функции и задачи планирования. Виды планирования (перспективное, этапное, краткосрочное). Основные документы планирования дидактических процессов.

Перспективное планирование: общий план работы школы по физической культуре (составители, основные разделы, назначение, различные варианты составления плана); годовой план-график (поурочный план) учебного процесса (сетка часов, график); методические указания к перспективному планированию.

##### ***Задание к семинару № 5***

Разработать поурочный план образовательной деятельности (класс и раздел программы по выбору) по схеме, приведенной ниже.

**Поурочный план образовательной деятельности  
для учащихся \_\_\_\_ класса**

№ п/п	Основное содержание разделов рабочей программы	Номер урока											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	...	30
												...	
												...	
												...	

*Рекомендуемые условные обозначения в таблице:* «+» — использование данного учебного материала на уроке; Р — разучивание двигательного действия; З — закрепление пройденного материала; С — совершенствование ранее изученного материала; У — учет сформированности знаний, умений и навыков, показателей контрольных и других упражнений учебной программы.

*Основная литература:* [9; 26].

*Дополнительная литература:* [19; 40].

***Вопросы семинарского занятия № 6***

Раскрыть технологию этапного планирования: поурочный (тематический) план на четверть или раздел программы (графический, текстовый).

Технология краткосрочного планирования (составление плана-конспекта урока) — особенности, содержание.

Основные требования к составлению планов (реальность, конкретность, вариативность, преемственность и перспективность, простота и наглядность).

***Задание к семинару № 6***

Разработать фрагмент поурочного (тематического) плана на одну четверть (класс по выбору) по образцу, приведенному ниже.

**Фрагмент тематического плана образовательной деятельности  
учащихся \_\_\_\_\_ класса**

Раздел программы	№ урока	Содержание урока физической культуры	Дата проведения	Коррекция

*Основная литература:* [9; 26].

*Дополнительная литература:* [19; 40].

*Интернет-ресурсы:* <http://festival.1september.ru> (Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»).

**Тема 5. Урок в структуре дидактических процессов  
по предмету «Физическая культура»**

***Вопросы к семинарскому занятию № 7***

Обосновать место урока в структуре дидактических процессов. Определить основные требования к уроку и его отличительные черты от других форм организации физической культуры в школе. Дать классификацию уроков физической культуры, показать особенности проведения уроков различного типа (теоретической направленности, вводного урока, урока обучения и др.) и вида (гимнастики, легкой атлетики и др.). Раскрыть особенности проведения комбинированных, смешанных и комплексных уроков. Определить соотношение типовой и видовой направленности уроков в связи с возрастом занимающихся.

***Задание к семинару № 7***

Группе из двух-трех студентов представить разработку (в свободной форме в виде приложения к тетради) содержания нетрадиционного урока физической культуры. Возраст и класс по выбору.

*Основная литература:* [9; 16].

*Дополнительная литература:* [24; 37].

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 8***

Раскрыть содержание и структуру урока. Дать общую характеристику частей урока (подготовительной, основной, заключительной): направленность, задачи, средства и методы, продолжительность и т.п. Охарактеризовать элементы урока, компоненты урока. Технология проведения урока физической культуры. Раскрыть методические особенности построения и проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока, технологию построения и организации урока. Определение и постановка задач урока. Особенности организации дидактического взаимодействия педагога и учащихся на уроке (способы размещения учащихся и порядок выполнения учебных заданий).

***Задание к семинару № 8.*** Подготовить реферат.

Примерная тематика рефератов:

1. Содержание и структура урока физической культуры.
2. Характеристика частей урока (подготовительной, основной и заключительной).
3. Направленность и задачи урока физической культуры.
4. Средства и методы, используемые в процессе обучения двигательному действию.
5. Элементы урока физической культуры.
6. Характеристика компонентов урока физической культуры.
7. Технология проведения урока физической культуры.
8. Методические особенности построения и проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока физической культуры.
9. Технология построения и организации урока физической культуры.
10. Определение и постановка задач урока.
11. Особенности организации дидактического взаимодействия педагога и учащихся на уроке физической культуры.

***Основная литература:*** [9; 16].

***Дополнительная литература:*** [24; 37].

**Вопросы к семинарскому занятию № 9**

Основные понятия, характеризующие психофизическую нагрузку (срочный тренировочный эффект, кумулятивный тренировочный эффект, объем и интенсивность нагрузки). Методические особенности регулирования нагрузок на уроке. Внешние признаки утомления. Основы технологии хронометража урока и особенности построения физиологической кривой урока. Плотность урока (общая и моторная), технология ее определения и факторы повышения.

**Домашнее задание к семинару № 9**

А. Построить предполагаемую физиологическую кривую урока физической культуры (возраст, тип и вид урока, задачи по выбору)

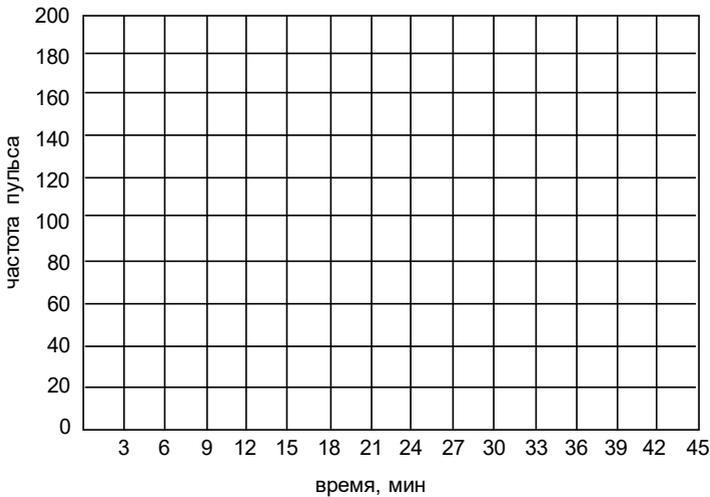
Урок физической культуры в «\_\_\_» классе

Тип урока \_\_\_\_\_

Вид урока \_\_\_\_\_

Задачи урока:

- 1. \_\_\_\_\_
- 2. \_\_\_\_\_
- 3. \_\_\_\_\_



В. На основе просмотра видеофрагмента, наблюдения за работой учителя в школе, студента на учебной практике провести хронометраж урока физической культуры.

Урок физической культуры в «\_\_\_» классе

Дата \_\_\_\_\_

Урок проводил \_\_\_\_\_

Задачи урока

1) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

В классе по списку \_\_\_\_\_ Присутствовало \_\_\_\_\_

Занималось \_\_\_\_\_

Наблюдение проводилось за учеником \_\_\_\_\_

Хронометрировал урок \_\_\_\_\_

Запись ведется в форме таблицы по данному ниже образцу.

Виды деятельности	Показания секундомера	Объяснение и показ учителя	Выполнение упражнений	Отдых	Простой
Общее время					

Общая плотность = \_\_\_\_%.

Моторная плотность = \_\_\_\_%.

*Основная литература:* [9; 16].

*Дополнительная литература:* [17; 24; 37].

## **Тема 6. Основы организации и проведения урока физической культуры по требованиям ФГОС**

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 10***

Раскрыть особенности организации и проведения урока физической культуры по требованиям ФГОС. Методические особенности формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках физической культуры. Основные принципы организации урока по ФГОС.

### ***Задание к семинару № 10***

Разработать конспект урока в соответствии с требованиями ФГОС (приложение 1).

*Основная литература:* [3; 9].

*Дополнительная литература:* [2; 30; 31].

## **Тема 7. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура»**

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 11***

Раскрыть особенности дидактических процессов, их взаимосвязь с другими элементами педагогической системы предмета. Понятие «дидактические процессы» в предмете «Физическая культура». Деятельность преподавания и деятельность учения как составляющие дидактических процессов. Субъекты дидактического взаимодействия. Педагог и учащиеся как субъекты взаимодействия.

Дать характеристику деятельности учителя физической культуры по организации учебно-воспитательного процесса. Основные функции деятельности учителя физической культуры (1-я группа: развивающая, информационная, ориентационная, мобилизационная; 2-я группа: конструктивная, коммуникативная, организационная, гностическая). Функциональные обязанности учителя физической культуры.

Структура деятельности учителя физической культуры, характеристика его компонентов: конкретизация цели и за-

дач; отбор и обоснование средств; программирование; дидактическое взаимодействие с учащимися; контроль учебно-воспитательных воздействий; анализ взаимодействия и разработка рекомендаций.

Критериальные характеристики деятельности учителя физической культуры.

### ***Задание к семинару № 11***

Из профессионального стандарта «Педагог» (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) выписать основные трудовые функции учителя физической культуры.

#### **Основные трудовые функции**

Трудовые действия	
Необходимые умения	
Необходимые знания	
Другие характеристики	

*Основная литература:* [9; 16].

*Дополнительная литература:* [34].

## **Тема 8. Структура и организация дидактических процессов по предмету «Физическая культура»**

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 12***

Раскрыть структуру и особенности организации дидактических процессов на уроках физической культуры в школе. Этапы развертывания дидактических процессов на уроках физической культуры в школе. Теоретические и психолого-педагогические основы формирования знаний в образовательной области «Физическая культура». Этапы формирования знаний. Уровни освоенности знаний. Основные педагогические требования к процессу формирования знаний.

### ***Задание к семинару № 12***

Подготовить реферат.

Примерная тематика рефератов:

1. Этапы развертывания дидактических процессов на уроках физической культуры в школе.
2. Теоретические и психолого-педагогические основы формирования знаний в образовательной области «Физическая культура».
3. Этапы формирования знаний и уровни их освоенности.
4. Основные педагогические требования к процессу формирования знаний.
5. Особенности формирования двигательных умений и навыков.
6. Особенности обучения двигательным действиям.
7. Структура обучения двигательным действиям.
8. Двигательные умения и их основные признаки.
9. Двигательный навык. Основные отличительные черты двигательного навыка.
10. Характеристика готовности обучаемых к обучению двигательному действию (собственно физическая, двигательная или координационная, психическая).
11. Этапы дидактических процессов.
12. Характеристика этапов обучения двигательному действию (формирования готовности к обучению, начального разучивания двигательного действия, углубленного разучивания двигательного действия, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия, формирования умения использовать знания и двигательные навыки в практической деятельности).
13. Методические особенности предупреждения возможных ошибок при обучении двигательным действиям.

***Основная литература:*** [9; 16].

***Дополнительная литература:*** [35; 34].

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 13***

Раскрыть особенности формирования двигательных умений и навыков. Особенности обучения двигательным действиям. Структура обучения.

Характеристика двигательного умения. Основные признаки двигательного умения и навыка.

Охарактеризовать двигательный навык. Основные отличительные черты двигательного навыка. Положительный и отрицательный перенос навыка.

Дать характеристику готовности учащихся к обучению двигательному действию (собственно физическая, двигательная или координационная, психическая).

### ***Задание к семинару № 13***

Охарактеризовать признаки двигательного умения и двигательного навыка на примере формирования двигательного действия в избранном виде спорта.

Признаки двигательного умения	Признаки двигательного навыка
Название двигательного действия и его краткое описание	

***Основная литература:*** [5; 9; 16].

***Дополнительная литература:*** [4; 19; 39].

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 14***

Этапы дидактических процессов. Структура процесса обучения двигательному действию. Характеристика этапов обучения двигательному действию (формирования готовности к обучению, начального разучивания двигательного действия, углубленного разучивания двигательного действия, результирующей отработки (закрепления и дальнейшего совершенствования) двигательного действия, фор-

мирования умения использовать знания и двигательные навыки в практической деятельности): цель этапов, задачи, структура, методические особенности, возможные ошибки, контроль и оценка.

***Задание к семинару № 14***

Составить таблицу причин возникновения ошибок и способов их предупреждения при обучении ДД (на примере избранного вида спорта)

Причина возникновения ошибок	Способы предупреждения ошибок
Название двигательного действия и его краткое описание	
Этап начального разучивания	
Этап углубленного разучивания	
Этап результирующей отработки действия (дальнейшего совершенствования)	
Общие методические указания	

***Основная литература:*** [5; 9].

***Дополнительная литература:*** [4; 19].

**Тема 9. Оценочно-аналитический компонент  
в технологии учебного процесса по физической  
культуре в школе**

***Вопросы к семинарскому занятию № 15***

Охарактеризовать оценочно-аналитический компонент в технологии учебного процесса по физической культуре в школе. Сущность оценочно-аналитического компонента, его место и значение в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету.

Термины «оценка» и «отметка». Функции оценки (контролирующая, обучающая, стимулирующая, воспитывающая). Основные требования к оценке (объективность, си-

стематичность, гласность и индивидуализация). Критерии оценки (качественные и количественные).

УУД как результат обучения в школе. УУД, их характеристика и особенности формирования на уроках физической культуры. Методические особенности формирования УУД на уроках физической культуры.

**Задание к семинару № 15.** В таблице раскрыть основные направления оценки результатов физкультурно-спортивной деятельности (ФСД) учащихся.

Результаты освоения ФСД учащимися	
личностные	
предметные	
метапредметные	

**Основная литература:** [3; 9; 16].

**Дополнительная литература:** [2; 19; 40].

#### **Вопросы к семинарскому занятию № 16**

Методы оценки сформированности знаний, двигательной, физической и тактической подготовленности учащихся. Характеристика метода экспертных оценок, опроса, тестирования и программированного метода. Методические особенности оценки физкультурно-спортивной деятельности учащихся. Оценка текущей, промежуточной и итоговой успеваемости.

**Задание к семинару № 16.** Вписать в таблицу критерии оценки теоретической подготовленности учащихся (этап обучения/возраст по выбору)

Уровень	Критерий	Оценка	Отметка
высокий		отлично	5
повышенный		хорошо	4
базовый		удовлетворительно	3
пониженный		неудовлетворительно	2
низкий		плохо	1

**Основная литература:** [9].

**Дополнительная литература:** [6; 7; 22; 23; 40; 49].

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 17***

Обосновать значение педагогического анализа и охарактеризовать его виды (параметрический, тематический, итоговый). Технология проведения педагогического анализа урока физической культуры. Методы педагогического анализа (наблюдение, хронометрирование, пульсометрия и метод рейтинга). Основные направления педагогического анализа (наличие конспекта урока, подготовленность учителя и т.п.). Методика оценки успешности урока физической культуры. Характеристика рейтингового метода оценки деятельности мастерства учителя.

#### ***Задание к семинару № 17***

На основе анализа видеурока физической культуры оценить мастерство учителя, заполнив опорную схему анализа урока, представленную в приложении 2.

*Основная литература:* [9].

*Дополнительная литература:* [1; 4; 39; 40].

## **Тема 10. Технология преподавания предмета «Физическая культура» в школе**

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 18***

Обосновать основные технологии преподавания предмета «Физическая культура» в школе. Состояние научно-теоретической разработанности технологического подхода к организации учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной школе. Развитие идей педагогической технологии в России. Определение педагогической технологии. Основные группы педагогических технологий (объяснительно-иллюстративного обучения, личностно ориентированного обучения, развивающего обучения). Уровни педагогических технологий (общепедагогический, частнометодический, локальный).

***Задание к семинару № 18.*** Раскрыть содержание основных технологий преподавания физической культуры в школе.

Технология	Характеристика технологии
объяснительно-иллюстративного обучения	
лично ориентированного обучения	
развивающего обучения	

*Основная литература:* [9; 28].

*Дополнительная литература:* [35].

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 19***

Раскрыть содержание циклов технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Понятие цикла технологии. Характеристика больших макроциклов, мезоциклов и микроциклов. Характеристика малых макроциклов, мезоциклов и микроциклов. Характеристика компонентов циклов технологии учебно-воспитательного процесса: целеполагания, селекции (отбора), программирования, стимулирования и мотивации, оперативно-деятельностного, оценочно-аналитического.

***Задание к семинару № 19.*** Раскрыть содержание циклов технологии учебного процесса по физической культуре в школе:

- целеполагания;
- селекции;
- программирования;
- стимулирования и мотивации;
- оперативно-деятельностного;
- оценочно-аналитического.

*Основная литература:* [9; 35].

**Тема 11. Структура и организация  
внеурочной физкультурно-спортивной деятельности  
в школьной образовательной организации**

***Вопросы к семинарскому занятию № 20***

Раскрыть структуру и содержание внеурочной физкультурно-спортивной деятельности в школьной образовательной организации. Цель и задачи внеурочной деятельности. Анализ программ внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности.

**Задание к семинару № 20.** Провести анализ трех имеющихся программ внеурочной деятельности.

Название программы	Автор/ авторы	Цель и задачи	Особенности содержания	Объем, часов
1.				
2.				
3.				

**Основная литература:** [16; 39].

**Дополнительная литература:** [27; 43; 46].

**Интернет-ресурс:** <http://spo.1september.ru> (Газета «Спорт в школе»).

***Программы, рекомендованные Министерством образования РФ для организации внеурочной деятельности:***

1. Программа урока физической культуры на основе вида спорта гольф.

2. Примерная образовательная программа внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для младших школьников (1—4 классы).

3. Примерная образовательная программа внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для учащихся основной школы (5—9 классы).

4. Примерная образовательная программа внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для учащихся средней (полной) школы (10—11 классы).

5. Степанов П. В. Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровитель-

ная деятельность / П. В. Степанов, С. В. Сизяев, Т. Н. Сафронов. М. : Просвещение, 2011. 80 с.

***Программы, рекомендованные Министерством образования РФ для организации дополнительного образования:***

1. Учебно-методический комплекс: В. И. Лях. Физическая культура. Учебник для 1 класса. М. : Просвещение, 2011.

2. Программа по физической культуре учащихся I—XI классов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе / авт.-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова, Л. В. Каверкина. М. : Дрофа, 2006. 76 с.

***Программы, рекомендованные Министерством образования РФ для организации третьего урока физической культуры:***

1. Теннис как третий час физической культуры в школе для 1—4 классов.

2. Программа для обучающихся 8—11 классов по физической культуре на основе фитнес-аэробики.

3. Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла.

4. Программа дополнительного образования по физической культуре для общеобразовательных организаций и профессиональных образовательных организаций на основе футбола.

5. Программа интегрированного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола.

6. Программа по бадминтону для общеобразовательных школ. 5—11 классы.

7. Модульная программа по физической культуре для 1—11 классов общеобразовательных учреждений «ФизкультУРА!».

8. Модульная программа третьего урока физической культуры для 1—11 классов общеобразовательных учреждений.

9. Программа интегрированного курса физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе регби. 1—11 классы.

10. Физическая культура. Бадминтон. 5—11 класс.

11. Физическая культура. Гимнастика. 1—4 классы / под ред. И. А. Винер.

12. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики / под ред. И. А. Винер.

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 21***

Охарактеризовать основные виды и модели организации внеурочной деятельности. Особенности внеклассной спортивно-массовой работы с учащимися начальной, основной и средней школ.

***Задание к семинару № 21.*** Представить модель внеурочной деятельности образовательной организации.



***Основная литература:*** [16].

***Дополнительная литература:*** [27].

### ***Вопросы к семинарскому занятию № 22***

Школьный спортивный клуб как форма организации внеурочной спортивной работы в школе (цель, задачи, оформление клуба, содержание работы и т.п.).

***Задание к семинару № 22.*** Разработать положение о школьном спортивном клубе.

#### ***ПОЛОЖЕНИЕ***

#### ***о школьном спортивном клубе (ШСК)***

Титульный лист

1. Общие положения:

- нормативная база разработки положения о спортивном клубе;

- цель и задачи спортивного клуба;

- основные функции спортивного клуба;

- членство в спортивном клубе.

2. Структура управления спортивным клубом:

- общее собрание клуба (его функции);
  - совет спортивного клуба, его структура;
  - председатель клуба (его права и обязанности).
3. Организация и содержание работы клуба:
- перечень спортивных секций;
  - календарный план организации и проведения спортивных мероприятий;
  - медицинский контроль.
4. Материально-техническая база:
- представленность спортивных площадей;
  - перечень инвентаря и оборудования.
5. Права и обязанности воспитанников ШСК:
- воспитанники ШСК имеют право: ...
  - воспитанник ШСК обязан соблюдать: ...
6. Документация клуба, учет и отчетность.
7. Источники финансирования.

**Основная литература:** [16].

**Дополнительная литература** (основные документы, регламентирующие деятельность спортивных клубов):

Федеральный закон от 19 мая 1995 г. № 82-ФЗ «Об общественных объединениях».

Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года.

Федеральный закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации.

Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016—2020 годы» от 21 января 2015 г. № 30.

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 13 сентября 2013 г. № 1065 «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов».

Приказ Минобрнауки от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Методические рекомендации для преподавателей (тренеров) и организаторов внутришкольных и межшкольных физкультурных и спор-

тивных мероприятий (письмо Минобрнауки РФ от 02.03.2015 г. № ВК-457/09).

Порядок осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов (Собрание законодательства Российской Федерации, 1995, № 21, ст. 1930; 2012, № 30, ст. 4172).

Комплекс мер, направленных на развитие инфраструктуры для занятий физической культурой и спортом во всех образовательных организациях, реализующих основные общеобразовательные программы до 2020 года (утвержден Правительством РФ 15 декабря 2014 г., № 8432п-П8).

### **3. СРЕДСТВА ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И ДИДАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ СТУДЕНТОВ ПО ОСВОЕНИЮ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

#### **3.1. Оценочные средства текущего контроля успеваемости**

##### ***3.1.1. Показатели и критерии оценки знаний***

Отметка «5» ставится, если студент:

- 1) полно излагает изученный материал, дает правильное определение понятий;
- 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;
- 3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Отметка «4» ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1—2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1—2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Отметка «3» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:

- 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;
- 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;
- 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Отметка «2» ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке ученика, которые являются серьез-

ным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

### **3.1.2. Оценка знаний с помощью компьютерного тестирования**

На последнем семинарском занятии для получения допуска к устному экзамену студенту необходимо выполнить тестовые задания в форме компьютерного тестирования.

#### ***Тестовые задания ко всему курсу обучения***

**1. Под процессом усвоения человеком социального опыта, накопленного цивилизацией, понимается процесс:**

1. Воспитания
2. Обучения
3. Развития
4. Совершенствования
5. Взаимопонимания

**2. Категория «социального опыта» включает следующие понятия:**

1. Развитие и совершенствование
2. Целеполагание и мотивацию
3. Обучение и воспитание
4. Знания, умения, навыки и привычки, приобретаемые в ходе специально организованной познавательной деятельности
5. Учение и преподавание

**3. Специфическим предметом обучения в сфере физической культуры являются:**

1. Двигательные действия и формирование специальных знаний
2. Личностные свойства и качества
3. Физические качества человека
4. Физическое воспитание
5. Изучение математических формул

**4. Процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, есть процесс:**

1. Физического развития
2. Физического совершенствования
3. Физического самосовершенствования
4. Обучения двигательным действиям
5. Воспитания физических качеств

**5. Основными функциями обучения являются:**

1. Психофизиологическая
2. Мирозренческая
3. Стимулирующая
4. Мотивационная
5. Образовательная, воспитательная, развивающая

**6. Основная форма организации физического образования во всех учебных заведениях:**

1. Учебный предмет «Физическая культура»
2. Внеурочные формы
3. Внеклассные спортивные мероприятия
4. Спортивные секции
5. Подвижные и спортивные игры

**7. Физическая культура — это:**

1. Часть процесса физического воспитания учащихся
2. Процесс физического совершенствования человека
3. Часть культуры социума и личности, специфическая деятельность по совершенствованию собственной телесности
4. Составная часть физического образования
5. Составная часть процесса обучения

**8. Процесс формирования у студентов комплекса физкультурно-педагогического знания о физической культуре, методических умений и навыков дидактического взаимодействия учителя и ученика составляет основу:**

1. Предмета ТиМОФК
2. Предмета ТиМФК

3. Спортивной подготовки
4. Спортивной специализации
5. Урока физической культуры

**9. Основной целью учебного предмета «ФК» является:**

1. Физическое совершенствование учащихся
2. Физическое воспитание школьников
3. Физическое развитие школьников
4. Формирование базовой и физической культуры личности
5. Обучение правописанию

**10. Смена видов деятельности преподавания и учения, обуславливающая повышение образовательного уровня учащихся, составляет основу:**

1. Процесса развития
2. Дидактических процессов
3. Воспитательных процессов
4. Процесса воспитания
5. Процесса перевоспитания

**11. Педагогический процесс обучения, воспитания и развития учащихся направленным использованием ценностей ФК есть:**

1. Процесс физкультурного образования
2. Процесс физкультурного совершенствования
3. Учебно-тренировочный процесс
4. Процесс психического развития
5. Процесс восстановления частично утраченных функций

**12. Интеграция теоретических знаний и практических умений в профессионально-педагогическую компетенцию специалиста в сфере ФК является основной функцией:**

1. Урока физической культуры
2. Предмета ТиМОФК
3. Физического воспитания
4. Процесса физического развития
5. Учения

**13. Этап проникновения учебных дисциплин физической культуры в структуру содержания общего образования характеризуется следующими временными рамками:**

1. Конец XIX — начало XX века
2. 1920—1940 годы
3. 1950—1970 годы
4. 1980 год до н. э.
5. I век до н. э.

**14. Этап зарождения и становления учебно-методической базы предмета «ФК» характеризуется следующими временными рамками:**

1. Конец XIX — начало XX века
2. 1920—1940 годы
3. 1950—1970 годы
4. 1980 год до н. э.
5. I век до н. э.

**15. Этап формирования научно-методологических основ предмета «ФК» характеризуется следующими временными рамками:**

1. Конец XIX — начало XX века
2. 1920—1940 годы
3. 1950—1970 годы
4. 1980 год до н. э.
5. I век до н. э.

**16. Этап трансформации научно-методических основ физической культуры в систему и технологию преподавания учебного предмета «ФК» предполагает следующие временные рамки:**

1. Конец XIX — начало XX века
2. 1920—1940 годы
3. 1950—1970 годы
4. 1980 год до н. э.
5. I век до н. э.

**17. Укажите, что не является фактором модернизации школьной системы физической культуры:**

1. Ухудшение экологической обстановки
2. Снижение двигательной активности детей
3. Гиподинамия
4. Снижение общего уровня здоровья учащейся молодежи
5. Современные технологии обучения и воспитания, потребность в личностном физкультурном самосовершенствовании

**18. В основу совершенствования школьной физической культуры положена концепция:**

1. Формирования физической культуры личности
2. Формирования культуры общения
3. Этапного обучения
4. Опережающего обучения
5. Взаимообучения

**19. Основным подходом в совершенствовании школьной системы физического образования, направленного на формирование базового уровня физической образованности, является:**

1. Региональный
2. Образовательный
3. Тренировочный
4. Базово-вариативный
5. Спортивно-видовой

**20. Основным подходом в совершенствовании школьной системы физического образования, направленного на формирование знаний и умений их использования в процессе физического самосовершенствования, является:**

1. Региональный
2. Образовательный
3. Тренировочный
4. Базово-вариативный
5. Спортивно-видовой

**21. Основным подходом в совершенствовании школьной системы физического образования, обуслав-**

**ливающего учет различных климатогеографических условий, является:**

1. Региональный
2. Образовательный
3. Тренировочный
4. Базово-вариативный
5. Спортивно-видовой

**22. Основным направлением совершенствования школьной системы физического образования, построенного по закономерностям спортивной подготовки, является:**

1. Региональный подход
2. Образовательный подход
3. Тренировочный подход
4. Базово-вариативный подход
5. Спортивно-видовой подход

**23. Основным подходом в совершенствовании школьной системы физического образования, основанного на использовании одного из видов спорта, является:**

1. Региональный
2. Образовательный
3. Тренировочный
4. Базово-вариативный
5. Спортивно-видовой

**24. Содержание образования по предмету «ФК» — это:**

1. Часть общего среднего образования, отражающая совокупность ЗУН, норм и требований к физической подготовленности и ФСД
2. Составная часть процесса физического воспитания
3. Свод основных требований к физической подготовленности
4. Отражение цели физического образования
5. Комплекс средств физического образования

**25. Одним из факторов, определяющих содержание образования по предмету «ФК», является:**

1. Желание учащихся заниматься физическими упражнениями
2. Умение учителя правильно выбрать средства физического образования
3. Социальный заказ государства системе физического образования и потребности личности в физическом совершенствовании
4. Возможности школы в предоставлении образовательных услуг
5. Приказ директора школы по улучшению качества физического образования

**26. Государственный образовательный стандарт (ГОС) в сфере физического образования — это:**

1. Свод основных правил проведения урока физической культуры
2. Система физического воспитания в России
3. Нормативные требования к уровню физического развития учащихся
4. Возможности государства в достижении цели физического образования
5. Система основных параметров, принимаемых в качестве государственной нормы физкультурной образованности

**27. Федеральный компонент ГОС в сфере физической культуры определяется:**

1. Возможностями школы обеспечить физическое развитие школьников
2. Государственным заказом системе физического образования в обеспечении высокого уровня физической образованности учащихся
3. Свойствами личности
4. Необходимостью совершенствования школьной системы физического воспитания
5. Климатическими условиями местности, где находится школа

**28. Вариативный компонент ГОС в сфере физической культуры определяется:**

1. Климатогеографическими условиями региона, материально-технической оснащённостью школы и желаниями учащихся
2. Заказом территориальных органов образования системе физического образования
3. Особенным статусом уроков физической культуры в общей структуре школьного образования
4. Количеством денежных средств учителя физической культуры
5. Наличием раздевалок и туалетов в данной школе

**29. В ГОС общего образования выделены следующие ступени образования:**

1. Начальное общее
2. Основное общее
3. Начальное общее, основное общее, среднее (полное) общее
4. Среднее (полное) общее
5. Неполное среднее общее

**30. ГОС общего образования устанавливает общую продолжительность обучения в школе:**

1. 12 лет
2. 9 лет
3. 4 года
4. 10 лет
5. 11 лет

**31. Какой из компонентов представлен в структуре ГОС в сфере физической культуры:**

1. Обязательный минимум содержания основной образовательной программы по физической культуре
2. Требования к уровню профессиональной компетентности учителя
3. Требования к личной гигиене учителя и учеников
4. Вариативная часть образовательной программы
5. Дидактические основы физического образования

**32. Основными документами, регламентирующими содержание образования по предмету «ФК», являются:**

1. Общий план работы образовательного учреждения
2. Планы работ ДЮСШ данного микрорайона
3. План работы городского комитета по физической культуре, спорту и туризму
4. Базисный учебный план, обязательный минимум содержания образования по предмету, примерная и рабочая учебные программы
5. План внеучебной деятельности учителя физической культуры

**33. Федеральный компонент основного общего образования составляет не менее:**

1. 50% от общего нормативного времени, отводимого на освоение основной образовательной программы
2. 60%
3. 75%
4. 80%
5. 90%

**34. Обязательный минимум содержания образования по предмету «ФК» — это:**

1. Минимум, установленный ГОС для усвоения учащимися знаний и умений по физической культуре и утверждаемый Минобрнауки РФ
2. Примерный перечень вопросов, предложенных для изучения учащимся
3. Основной свод правил проведения урока физической культуры
4. Требования к уровню подготовленности учителя физической культуры
5. Минимум требований к учащимся на уроках физической культуры

**35. Примерная учебная программа по предмету «ФК» — это:**

1. Требования к уроку физической культуры
2. Требования к образовательному стандарту
3. Документ, детально раскрывающий обязательный компонент содержания образования по физической культуре и параметры качества усвоения материала

4. Документ, удостоверяющий законность проведения уроков физической культуры
5. Часть авторской программы по физической культуре

**36. Какое из требований входит в структуру содержания образования по предмету «ФК»?**

1. Требования к гигиеническим условиям
2. Требования к конспекту урока
3. Требования к учащимся
4. Требования к спортивной форме
5. Требования к уровню подготовленности учащихся и оснащённости спортивного зала оборудованием

**37. Основное содержание примерной программы по физической культуре на начальном этапе обучения в школе составляет:**

1. 200 часов
2. 264 часа
3. 120 часов
4. 360 часов
5. 102 часа

**38. Цель примерной программы по физической культуре в средней (полной) школе (10—11 кл.) достигается:**

1. Посредством освоения основ содержания ФСД с профессионально-прикладной направленностью
2. Посредством использования тренажеров
3. Посредством раздельного проведения уроков
4. Посредством использования различных методов обучения
5. Посредством выполнения учащимися нормативных требований

**39. Примерная программа по физической культуре направлена на реализацию принципа:**

1. Связи ОФП с СФП
2. Наглядности
3. Волнообразности

4. Вариативности
5. Научности

#### **40. Учебная программа по физической культуре —**

**это:**

1. Нормативный документ, регламентирующий содержание образования по предмету «ФК» (утверждается Минобрнауки РФ)
2. Нормативный документ, утверждаемый директором школы
3. Документ, разрабатываемый учителем физической культуры
4. Нормативный документ, определяющий место и значение физической культуры
5. Часть конспекта урока физической культуры

#### **41. Основной автор-разработчик программы физического воспитания учащихся 1—11 классов, основанной на использовании одного из видов спорта:**

1. Л. П. Матвеев
2. А. П. Матвеев
3. В. Г. Большенков
4. Е. Н. Литвинов
5. Г. Б. Мейксон

#### **42. Рабочая учебная программа разрабатывается:**

1. Учителем математики
2. Учителем физической культуры
3. Директором школы
4. Учащимися
5. Министерством образования РФ

#### **43. Рабочая учебная программа — это документ, определяющий:**

1. Особенности обучения по предмету «ФК» в конкретном образовательном учреждении
2. Количество уроков физической культуры в неделю
3. Время, отводимое на проведение урока
4. Условия проведения урока физической культуры
5. Количество учащихся на уроке

**44. Учебник по физической культуре является:**

1. Программой действия для учащихся
2. Педагогическим словарем по физической культуре
3. Средством подсказки для учащихся
4. Средством обучения, источником знаний и организации самостоятельной работы учащихся
5. Путеводителем в мире спорта

**45. Ведущими авторами учебников по физической культуре для учащихся начальных классов являются:**

1. А. А. Иванов, А. Т. Терехов
2. Е. Н. Ворсин, А. П. Матвеев, Л. И. Пензулаев
3. В. И. Ленин, К. Маркс, Ф. Энгельс
4. В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев
5. А. С. Пушкин, Л. П. Матвеев, И. Л. Зверев

**46. Перечень учебного инвентаря и оборудования разработан в соответствии с:**

1. Возможностями конкретной школы
2. Погодными условиями данной школы
3. Количеством денежных средств у родителей
4. Пожеланиями учащихся
5. Минимальным содержанием образования по физической культуре и примерной программой по данной дисциплине

**47. В перечне учебного инвентаря и оборудования его количество рассчитывалось по нормативам количественного состава учащихся из расчета:**

1. 10—15 человек
2. 15—20 человек
3. 20—25 человек
4. 25—30 человек
5. 30—35 человек

**48. В перечне учебного инвентаря и оборудования его количество рассчитывалось по нормативам количественного состава учащихся специальных медицинских групп из расчета:**

1. До 10—15 человек

2. До 15—20 человек
3. До 20—25 человек
4. До 25—30 человек
5. До 30—35 человек

**49. Под дидактическими процессами понимается:**

1. Процесс развития физических качеств
2. Процесс реализации денежных средств образовательным учреждением
3. Процесс взаимодействия учителя с директором школы
4. Процесс взаимодействия деятельности учителя (преподавания) и учащихся (учения)
5. Процесс воспитания учащихся

**50. В дидактических процессах выделяют два вида взаимодействия:**

1. Открытое и закрытое
2. Непосредственное и опосредованное
3. Зависимое и независимое
4. Желаемое и не желаемое
5. Чистое и грязное

**51. Взаимодействие учителя и ученика в процессе обучения осуществляется через:**

1. Организацию подвижных перемен
2. Рассказ
3. Содержание образования (государственные установки, нормативные документы, учебные программы и т.п.)
4. Организацию совместного отдыха
5. Показ документального фильма

**52. Педагог по физической культуре — это специалист:**

1. Имеющий профессиональную подготовку в области ФКиС
2. Умеющий хорошо играть в футбол
3. Знающий все про спортивные игры
4. Знающий правила единоборств

5. Желаящий помочь детям стать сильнее

**53. Учащиеся — это дети:**

1. Занятые совместной игрой
2. Задающие друг другу вопросы
3. Читающие книжки
4. Умеющие бегать
5. Занятые организованной учебной деятельностью

**54. Знание — это:**

1. Умение держать в голове информацию
2. Логическая информация об окружающем мире человека, отраженная и зафиксированная в его сознании
3. Умение использовать информацию на практике
4. Навыки правописания
5. Желание получить информацию

**55. Результатом сформированности знаний является:**

1. Способность их практического использования в повседневной жизни и деятельности
2. Способность выполнять двигательные действия
3. Способность к хорошему чтению
4. Способность помочь товарищу
5. Умение правильно двигаться

**56. При оценке качества сформированности знания могут быть:**

1. Чистыми
2. Натуральными
3. Нужными и важными
4. Осознанными, прочными, глубокими и разносторонними
5. Трудновоспроизводимыми

**57. Под процессом передачи и усвоения специальных знаний, двигательных умений и навыков понимается процесс:**

1. Самовоспитания
2. Совершенствования
3. Обучения
4. Развития

5. Воспитания

**58. Система движений, объединенная смысловыми двигательными задачами, представляет собой:**

1. Двигательные действия (ДД)
2. Физические упражнения
3. Готовность к выполнению ДД
4. Физические качества
5. Умственные действия

**59. Процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, есть процесс:**

1. Развития физических качеств
2. Воспитания физических качеств
3. Формирования знаний
4. Совершенствования ДД
5. Обучения двигательным действиям

**60. Процесс обучения двигательному действию имеет следующую структуру:**

1. Навыки — знания — умения
2. Умения — знания — навыки
3. Знания — умения — навыки
4. Навыки — умения — знания
5. Умения — навыки — знания

**61. В структуре формирования знания выделяют следующие этапы:**

1. Осознания важности изучаемого материала
2. Восприятия, осмысления, запоминания, использования на практике
3. Обучения, воспитания и развития
4. Освоения и реализации двигательного действия
5. Усвоения и передачи двигательного опыта

**62. Высший уровень освоенности знаний оценивается по способности:**

1. К быстрому, точному и творческому их применению на практике
2. К хорошему чтению

3. К хорошему и чистому выполнению двигательного действия

4. Находить ошибки в действиях учителя

5. Вовремя подсказать учителю правильные действия

**63. Одним из педагогических требований к формированию знаний в сфере физической культуры является:**

1. Правильная организация урока физической культуры

2. Использование метода расчлененно-конструктивного упражнения

3. Обеспечение оперативного, текущего и этапного контроля за уровнем овладения знаниями

4. Использование тренажерных устройств

5. Громкая речь учителя

**64. Под двигательным умением понимается:**

1. Способность к проявлению силы

2. Способность к правильному выполнению ДД

3. Желание выполнять физические упражнения

4. Умение организовать подготовительную часть урока

5. Способность осуществлять ДД на основе неавтоматизированных, но целенаправленных операций

**65. К одним из основных признаков двигательного умения относят:**

1. Автоматическое выполнение двигательного действия

2. Концентрацию внимания на составляющих частях ДД (выполнение ДД под контролем сознания)

3. Знание основ техники ДД

4. Умение выполнять начальную фазу ДД

5. Выполнение двигательного действия на «2»

**66. Двигательный навык — это:**

1. Способность правильно выполнить ДД

2. Желание учащихся заниматься физическими упражнениями

3. Одна из составных частей двигательного умения

4. Автоматизированное двигательное умение
5. Хорошие знания о технике ДД

**67. Одним из основных признаков двигательного навыка является:**

1. Знание основ техники ДД
2. Выраженная слитность операций и повышенная устойчивость техники к сбивающим факторам
3. Умение вовремя подсказать учителю
4. Двигательные способности ученика
5. Психологическая и физическая подготовленность учащихся

**68. Явление, когда одни умения и навыки способствуют формированию других, носит название:**

1. Положительного переноса навыка
2. Отрицательного переноса навыка
3. Закрытого переноса навыка
4. Специального переноса навыка
5. Неправильного переноса навыка

**69. Явление, когда одни умения и навыки препятствуют формированию других, носит название:**

1. Положительного переноса навыка
2. Отрицательного переноса навыка
3. Закрытого переноса навыка
4. Специального переноса навыка
5. Неправильного переноса навыка

**70. Собственно физическая готовность к освоению ДД характеризуется:**

1. Состоянием физических качеств, необходимых для выполнения ДД
2. Собственно двигательным опытом (комплексом сформированных ранее двигательных умений и навыков)
3. Состоянием мотивированности учащихся и степенью развития волевых качеств
4. Желанием учителя научить учащихся ДД
5. Желанием учащихся выучить ДД

**71. Двигательная готовность к освоению ДД характеризуется:**

1. Состоянием физических качеств, необходимых для выполнения ДД
2. Собственно двигательным опытом (комплексом сформированных ранее двигательных умений и навыков)
3. Состоянием мотивированности учащихся и степенью развития волевых качеств
4. Желанием учителя научить учащихся ДД
5. Желанием учащихся выучить ДД

**72. Психическая готовность к освоению ДД характеризуется:**

1. Состоянием физических качеств, необходимых для выполнения ДД
2. Собственно двигательным опытом (комплексом сформированных ранее двигательных умений и навыков)
3. Состоянием мотивированности учащихся и степенью развития волевых качеств
4. Желанием учителя научить учащихся ДД
5. Желанием учащихся выучить ДД

**73. В каком из предложенных вариантов правильно представлена последовательность этапов обучения ДД:**

1. Детализированного разучивания, дальнейшего совершенствования, использования приобретенных навыков в практической деятельности, начального разучивания, формирования готовности к обучению ДД
2. Дальнейшего совершенствования, использования приобретенных навыков в практической деятельности, начального разучивания, формирования готовности к обучению ДД, детализированного разучивания
3. Использования приобретенных навыков в практической деятельности, детализированного разучивания, дальнейшего совершенствования, начального разучивания, формирования готовности к обучению ДД

4. Дальнейшего совершенствования, детализированного разучивания, использования приобретенных навыков в практической деятельности, начального разучивания, формирования готовности к обучению ДД
5. Формирования готовности к обучению ДД, начального разучивания, детализированного разучивания, дальнейшего совершенствования, использования приобретенных навыков в практической деятельности

**74. Этап начального разучивания двигательного действия предполагает:**

1. Формирование умения использовать знания, двигательные умения и навыки в практической деятельности
2. Формирование прочного двигательного навыка
3. Формирование двигательного умения
4. Формирование в первичном виде ООД, разучивание в доступной форме элементов техники
5. Формирование готовности к обучению ДД

**75. Этап углубленного разучивания ДД предполагает:**

1. Формирование комплекса знаний
2. Формирование прочного двигательного навыка
3. Формирование двигательного умения
4. Формирование в первичном виде ООД, разучивание в доступной форме элементов техники
5. Формирование готовности к обучению ДД

**76. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования ДД предполагает:**

1. Формирование умения использовать знания, двигательные умения и навыки в практической деятельности
2. Формирование прочного двигательного навыка
3. Формирование двигательного умения
4. Формирование в первичном виде ООД, разучивание в доступной форме элементов техники
5. Формирование готовности к обучению ДД

**77. Заключительным (пятым) этапом обучения двигательному действию является этап:**

1. Формирования умения использовать знания, двигательные умения и навыки в практической деятельности
2. Формирования прочного двигательного навыка
3. Формирования двигательного умения
4. Формирования в первичном виде ООД
5. Формирования готовности к обучению ДД

**78. Основной формой организации физической культуры в школе являются:**

1. Физкультминутки и физкультпаузы
2. Индивидуальные занятия
3. Подвижные перемены
4. Уроки физической культуры
5. Спортивные часы

**79. Основными отличительными признаками урока являются:**

1. Его продолжительность
2. Руководящая роль учителя и постоянство состава учащихся
3. Плотность урока
4. Возможность пообщаться с учениками
5. Желание учащихся чему-то научиться

**80. Типовая направленность урока определяется:**

1. По преимущественному виду ФСД (виду спорта), составляющему его содержание
2. По структуре урока
3. Целью и задачами урока
4. Материально-технической оснащённостью спортивного зала
5. Содержанием заключительной части

**81. Видовая направленность урока определяется:**

1. По преимущественному виду ФСД (виду спорта), составляющему его содержание
2. По структуре урока
3. Целью и задачами урока
4. Содержанием подготовительной части

5. Содержанием заключительной части

**82. Продолжительность урока физической культуры в школе составляет:**

1. 30—35 минут
2. 35—40 минут
3. 40—45 минут
4. 45—50 минут
5. 1 час

**83. Комплексные уроки физической культуры предполагают решение:**

1. Задач совершенствования ДД
2. Задач обучения ДД
3. Двух и более дидактических задач при использовании нескольких видов спорта
4. Одной дидактической задачи
5. Задач обучения отстающих учащихся

**84. Основное назначение уроков совершенствования состоит в:**

1. Формировании двигательного навыка и систематизации новых знаний
2. Обучении новым двигательным действиям
3. Воспитании личностных качеств
4. Подготовке к соревнованиям
5. Подготовке к другим урокам

**85. Уроки контроля предназначены для:**

1. Выявления этапных показателей физической, двигательной и теоретической подготовленности
2. Выявления условий проведения уроков ФК
3. Подготовки учащихся к выступлению на соревнованиях
4. Выявления плотности уроков
5. Выявления уровня профессиональной компетентности учителя

**86. Основная направленность уроков «круговой тренировки»:**

1. Удовлетворить желание учащихся

2. Игровые упражнения
3. Выполнять упражнения по очереди
4. Повышение показателей физической подготовленности учащихся
5. Ходить по кругу

**87. В младших классах рекомендуется использование уроков смешанного типа до:**

1. 100%
2. 10%
3. 80%
4. 20%
5. 5%

**88. Использование одноцелевых и одновидовых уроков рекомендуется в:**

1. Младших классах
2. Старших классах
3. Средних классах
4. Классах продленного дня
5. Критических ситуациях

**89. В средних классах рекомендуется следующее процентное соотношение видовой и типовой направленности уроков:**

1. 20/80
2. 30/70
3. 10/90
4. 5/95
5. 50/50

**90. Основными частями урока физической культуры являются:**

1. Организация условий
2. Организация внимания
3. Краткосрочное планирование
4. Подготовительная, основная и заключительная
5. Дозирование нагрузки

**91. Основной функцией подготовительной части урока является:**

1. Подготовка (физическая, двигательная и психическая) учащихся к реализации задач основной части урока
2. Построение учащихся
3. Подведение итогов урока
4. Реализация задач обучения
5. Подготовка учащихся к сдаче нормативов в конце четверти

**92. Продолжительность подготовительной части урока составляет:**

1. 1—2 минуты
2. 2—3 минуты
3. 10—12 минут
4. 15—20 минут
5. Примерно половину урока

**93. В ходе основной части урока решается основная дидактическая задача:**

1. Подготовка организма к выполнению сложных ДД
2. Организация условий для обеспечения страховки
3. Подготовка учащихся к заключительной части урока
4. Разработка учителем домашних заданий
5. Формирование физической культуры личности (ее двигательных способностей, теоретической подготовленности, ЦОЛ и др.)

**94. Продолжительность основной части урока составляет**

1. 10—12 минут
2. 5—20 минут
3. 15—20 минут
4. 25—30 минут
5. 40—45 минут

**95. В начале основной части урока решается задача:**

1. Изучения нового материала
2. Воспитания выносливости
3. Организации всего урока

4. Восстановления организма
5. Оптимизации показателей физического развития человека

**96. Основным порядком выполнения упражнений в основной части урока гимнастики является:**

1. Поточный
2. Поточный в тройках
3. В одиночку
4. Посменный или поочередной
5. Одновременный

**97. Основным способом размещения учащихся в подготовительной части урока является:**

1. Друг против друга
2. Спиной к спине
3. Фронтальный
4. Индивидуальный
5. Групповой

**98. При направленном воспитании физических качеств учащихся на уроке следует придерживаться такой последовательности:**

1. Сила, выносливость, гибкость, быстрота, ловкость
2. Сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость
3. Выносливость, ловкость, быстрота, сила, гибкость
4. Выносливость, сила, гибкость, ловкость, быстрота
5. Ловкость, быстрота, гибкость, сила, выносливость

**99. Технология совершенствования двигательного действия (ДД) на уроках физической культуры предполагает:**

1. Изначальное повторение ранее разученного, усложнение ДД, использование игрового и соревновательного методов
2. Ознакомление с ДД
3. Объяснение основ техники ДД
4. Использование направленной помощи
5. Изучение деталей техники

**100. Методика обучения ДД имеет такую последовательность:**

1. Показ картинок, выполнение в целом, рассказ
2. Выполнение ДД в целом после показа учителем
3. Выполнение ДД только успевающими учениками
4. Демонстрация, объяснение, выполнение по частям, по мере усвоения выполнение в целом со страховкой и помощью
5. Выполнение в целом

**101. Заключительная часть урока решает следующие задачи:**

1. Подготовка учащихся к уроку
2. Оптимизация психоэмоционального и функционального состояния учащихся, подведение итогов урока
3. Обучение новым движениям
4. Совершенствование сложных ДД
5. Воспитание силы и выносливости

**102. В заключительной части урока обычно используют следующий способ размещения или порядок выполнения:**

1. Фронтальное размещение, одновременное выполнение
2. Групповое размещение
3. Индивидуальное размещение
4. Поочередное выполнение
5. Индивидуальное размещение, поочередное выполнение

**103. Продолжительность заключительной части урока составляет:**

1. 1 минуту
2. 2—3 минуты
3. 5—6 минут
4. 8—10 минут
5. 10—15 минут

**104. Основным средством подготовительной части урока являются:**

1. Упражнения на внимание, ходьба, бег, ОРУ, подвижные игры

2. Упражнения на выносливость
3. Исключительно упражнения на гибкость
4. Спортивные игры
5. Единоборства

**105. На комплексном уроке решаются задачи:**

1. Обучения ДД
2. Совершенствования ДД
3. Развития психических способностей
4. Воспитания физических качеств
5. Обучения, воспитания и развития

**106. Задачи обучения на уроках физической культуры направлены на:**

1. Формирование комплекса знаний, двигательных умений и навыков
2. Физическое развитие учащихся
3. Физическое совершенствование
4. Повышение показателей здоровья
5. Разучивание новых скороговорок

**107. Воспитательные задачи являются основой формирования:**

1. Двигательных умений и навыков
2. Системы физических качеств и связанных с ними способностей
3. Системы психомоторных способностей
4. Знаний в сфере физической культуры
5. Умственных способностей

**108. Фронтальный способ размещения учащихся на уроке физической культуры предусматривает:**

1. Выполнение упражнений в группах
2. Выполнение разнохарактерных заданий
3. Выполнение задания в парах при руководящей роли одного из учеников
4. Выполнение задания по очереди
5. Выполнение одинакового для всех задания под общим руководством учителя

**109. Под физической нагрузкой понимается:**

1. Способ выполнения физических упражнений
2. Мера воздействия физических упражнений на организм занимающихся
3. Способ организации урока физической культуры
4. Способность учащихся к длительному выполнению физических упражнений
5. Способность учащихся быстро бегать

**110. Эффект физической нагрузки во время или после одного урока определяется понятием:**

1. «Дозировка нагрузки»
2. «Кумулятивный тренировочный эффект»
3. «Срочный тренировочный эффект»
4. «Объем нагрузки»
5. «Интенсивность нагрузки»

**111. Результат суммирования нескольких срочных тренировочных эффектов, полученных вследствие повторения развивающих нагрузок, есть:**

1. Уровень тренированности учащихся
2. Кумулятивный тренировочный эффект
3. Способность учащихся к проявлению выносливости
4. Интенсивность нагрузки
5. Объем нагрузки

**112. Количественная мера упражнений (количество повторений, длина дистанции и т.п.) определяет:**

1. Интенсивность нагрузки
2. Способ оценки качества выполненного упражнения
3. Объем нагрузки
4. Количество упражнений в единицу времени
5. Скорость выполнения упражнения

**113. Интенсивность нагрузки характеризуется:**

1. Временем, затраченным на выполнение определенного объема работы (скорость движения, мощность работы и т.п.)
2. Длительностью выполнения упражнения
3. Длительностью бега

4. Способностью к быстрой реакции
5. Временем, затраченным на изучение нового двигательного действия

**114. Основным способом дозирования нагрузки на уроках физической культуры является:**

1. Поточный способ выполнения упражнений
2. Использование метода расчлененно-конструктивного упражнения
3. Своевременное начало урока
4. Изменение объема и интенсивности
5. Хорошая подготовка к уроку

**115. Что не относится к особенностям регулирования нагрузки:**

1. Увеличение количественного состава учащихся
2. Уменьшение количества снарядов
3. Постоянный количественный состав учащихся
4. Использование внешних отягощений
5. Увеличение размеров спортивных площадок

**116. Большая интенсивность нагрузки направлена на воспитание:**

1. Выносливости
2. Скоростных и скоростно-силовых способностей
3. Гибкости
4. Силовой выносливости
5. Способности правильно выполнять физическое упражнение

**117. Большой объем нагрузки направлен на воспитание физического качества:**

1. Выносливости
2. Скоростных способностей
3. Ловкости
4. Координационных способностей
5. Скоростных и координационных способностей

**118. Величина нагрузки (достаточная или нет) определяется:**

1. Внешним видом учителя

2. Задачами урока
3. Показателями пульсометрии (ЧСС) и признаками утомления
4. Желаниями учащихся
5. Динамометром

**119. Большая интенсивность нагрузки определяется по ЧСС в:**

1. 70—80 уд/мин.
2. 80—100 уд/мин.
3. 100—120 уд/мин.
4. 140—170 уд/мин.
5. 180—200 уд/мин.

**120. При хронометрировании урока физической культуры ЧСС определяется через каждые:**

1. 2 минуты
2. 3 или 5 минут
3. 10 минут
4. 15 минут
5. 20 минут

**121. Отношение показателя целесообразных временных затрат (полезного времени) к общей продолжительности урока характеризует:**

1. Типовую направленность урока
2. Видовую направленность урока
3. Силовую направленность урока
4. Общую плотность урока
5. Моторную плотность урока

**122. Отношение показателя времени, затраченного только на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока характеризует:**

1. Типовую направленность урока
2. Видовую направленность урока
3. Силовую направленность урока
4. Общую плотность урока
5. Моторную плотность урока

**123. Показатель плотности урока отражает:**

1. Решение его задач
2. Количество полезного времени урока
3. Рациональность использования времени, отводимого на физкультурно-спортивную деятельность в течение всего урока
4. Цель урока
5. Способность учащихся выполнить задание учителя

**124. Общая плотность урока должна стремиться к:**

1. 50%
2. 60%
3. 70%
4. 80%
5. 100%

**125. Моторная плотность урока изучения нового материала будет составлять около:**

1. 10%
2. 20%
3. 30—40%
4. 40—60%
5. 100%

**126. Основное назначение педагогического анализа урока физической культуры состоит в:**

1. Выявлении позитивных и негативных сторон дидактического взаимодействия учителя и ученика
2. Выявлении плотности урока
3. Выявлении особенностей урока
4. Выявлении особенностей проведения внеклассных мероприятий
5. Выявлении стиля деятельности учителя физической культуры

**127. Основные методы педагогического анализа урока физической культуры:**

1. Строго регламентированного упражнения
2. Расчлененно-конструктивного упражнения
3. Наблюдение, хронометрирование, пульсометрия, метод рейтинга

4. Комплексного и сопряженного воздействия
5. Соревновательный и игровой

**128. Основным автором учебного пособия по теории и методике обучения физической культуре является:**

1. Л. П. Матвеев
2. Ю. Д. Железняк
3. Н. А. Фомин
4. В. М. Качашкин
5. Я. С. Вайнбаум

**129. Метод «рейтинга» используется в анализе урока для оценки:**

1. Деятельности учащихся
2. Подготовленности спортивного зала
3. Общей плотности урока
4. Деятельности и мастерства учителя
5. Моторной плотности урока

**130. Под оценкой физкультурно-спортивной деятельности учащихся на уроке физической культуры понимается:**

1. Процесс и результат сравнения достигнутого уровня образованности с эталонным
2. Процесс развития физических качеств
3. Процесс обучения двигательным действиям
4. Процесс выставления отметок
5. Процесс совершенствования двигательных действий

**131. Отметка — это:**

1. Контрольное тестирование
2. Сумма баллов выполненного упражнения
3. Характеристика выполненного упражнения
4. Способ воздействия на дисциплину учащихся
5. Результат оценивания деятельности учащихся учителем

**132. Основными функциями оценки являются:**

1. Общекультурные
2. Ориентационная и познавательная

3. Обучающая, воспитывающая, контролирующая
4. Ценностно-ориентационная
5. Физического преобразования человека

**133. Качественные показатели успеваемости учащихся на уроке — это:**

1. Сдвиги в физической подготовленности
2. Степень овладения программным материалом (знаниями, умениями и навыками)
3. Степень физического развития
4. Одно из условий оздоровления учащихся
5. Способ выяснения отношений между учителем и учеником

**134. Какой из видов подготовленности не подлежит оценке в школьной образовательной практике:**

1. Физическая
2. Психическая
3. Двигательная
4. Техническая
5. Теоретическая

**135. При оценке двигательной подготовленности учащихся отметка «5» выставляется при условии:**

1. Точного и полного соблюдения основ, звеньев и деталей техники, свободного слитного выполнения действия
2. Соблюдения основ техники с одной или двумя незначительными ошибками
3. Правильного выполнения действия в его основной части с незначительными ошибками
4. Выполнения упражнения с грубыми нарушениями основ техники
5. Невыполнения действия

**136. При оценке двигательной подготовленности учащихся отметка «4» выставляется при условии:**

1. Точного и полного соблюдения основ, звеньев и деталей техники, свободного слитного выполнения действия
2. Соблюдения основ техники с одной или двумя незначительными ошибками

3. Правильного выполнения действия в его основной части с незначительными ошибками
4. Выполнения упражнения с грубыми нарушениями основ техники
5. Невыполнения действия

**137. При оценке двигательной подготовленности учащихся отметка «3» выставляется при условии:**

1. Точного и полного соблюдения основ, звеньев и деталей техники, свободного слитного выполнения действия
2. Соблюдения основ техники с одной или двумя незначительными ошибками
3. Правильного выполнения действия в его основной части с незначительными ошибками
4. Выполнения упражнения с грубыми нарушениями основ техники
5. Невыполнения действия

**138. Основными методами оценки знаний являются:**

1. Игровой и соревновательный
2. Наблюдение и тестирование
3. Метод сопряженного воздействия
4. Метод стандартного и вариативного выполнения упражнения
5. Устный и письменный опрос

**139. Основным методом оценки физической подготовленности является:**

1. Наблюдение
2. Тестирование
3. Метод экспертных оценок
4. Устный опрос
5. Анкетирование

**140. Оценка текущей успеваемости предполагает:**

1. Учет успеваемости по всем предметам учебного плана
2. Учет успеваемости за 13 лет
3. Учет результатов учебной деятельности за год или по завершении ступени образования

4. Учет успеваемости на каждом занятии
5. Учет успеваемости по окончании этапа обучения

**141. Оценка промежуточной успеваемости предполагает:**

1. Учет успеваемости по всем предметам учебного плана
2. Учет успеваемости за 13 лет
3. Учет результатов учебной деятельности за год или по завершении ступени образования
4. Учет успеваемости на каждом занятии
5. Учет успеваемости по окончании этапа обучения

**142. Оценка итоговой успеваемости предполагает:**

1. Учет успеваемости по всем предметам учебного плана
2. Учет успеваемости за 13 лет
3. Учет результатов учебной деятельности за год или по завершении ступени образования
4. Учет успеваемости на каждом занятии
5. Учет успеваемости по окончании этапа обучения.

**143. При оценке уровня теоретической подготовленности отметка «5» выставляется ученику в том случае, если он:**

1. Вообще ничего не знает
2. В полном объеме владеет системой знаний и умениями их использовать на практике
3. Имеет достаточный объем знаний, способен раскрыть основное их содержание и применять на практике под контролем учителя
4. Имеет остаточный объем знаний, не способен раскрыть основное содержание, использует их на практике при подсказке учителя
5. Воспроизводит лишь отрывочные сведения об изучаемом явлении, не способен использовать их на практике

**144. При оценке уровня теоретической подготовленности отметка «4» выставляется ученику в том случае, если он:**

1. Вообще ничего не знает
2. В полном объеме владеет системой знаний и умениями их использовать на практике
3. Имеет достаточный объем знаний, способен раскрыть основное их содержание и применять на практике под контролем учителя
4. Имеет остаточный объем знаний, не способен раскрыть основное содержание, использует их на практике при подсказке учителя
5. Воспроизводит лишь отрывочные сведения об изучаемом явлении, не способен использовать их на практике

**145. При оценке уровня теоретической подготовленности отметка «3» выставляется ученику в том случае, если он:**

1. Вообще ничего не знает
2. В полном объеме владеет системой знаний и умениями их использовать на практике
3. Имеет достаточный объем знаний, способен раскрыть основное их содержание и применять на практике под контролем учителя
4. Имеет остаточный объем знаний, не способен раскрыть основное содержание, использует их на практике при подсказке учителя
5. Воспроизводит лишь отрывочные сведения об изучаемом явлении, не способен использовать их на практике

**146. При оценке уровня теоретической подготовленности отметка «2» выставляется ученику в том случае, если он:**

1. Вообще ничего не знает
2. В полном объеме владеет системой знаний и умениями их использовать на практике
3. Имеет достаточный объем знаний, способен раскрыть основное их содержание и применять на практике под контролем учителя

4. Имеет остаточный объем знаний, не способен раскрыть основное содержание, использует их на практике при подсказке учителя

5. Воспроизводит лишь отрывочные сведения об изучаемом явлении, не способен использовать их на практике

**147. Конкретное отображение предстоящего хода образовательной деятельности в ее общих и частных направлениях — это процесс:**

1. Оценки деятельности
2. Планирования
3. Взаимодействия учителя и ученика
4. Выяснения отношений
5. Обучения

**148. Перспективное планирование отражает:**

1. Длительный период физического образования школьников (год или степень образования)
2. Этап обучения (четверть, раздел программы)
3. Микроцикл образовательного процесса (урок или серия уроков)
4. Цикл образования на 13 лет
5. Цикл образования на 15 лет

**149. Оценка итоговой успеваемости предполагает:**

1. Учет успеваемости по всем предметам учебного плана
2. Учет успеваемости за 13 лет
3. Учет результатов учебной деятельности за год или степень образования
4. Учет успеваемости на каждом занятии
5. Учет успеваемости по окончании этапа обучения

**150. Этапное планирование отражает:**

1. Длительный период физического образования школьников (год или степень образования)
2. Этап обучения (четверть, раздел программы)
3. Микроцикл образовательного процесса (урок или серия уроков)

4. Цикл образования на 13 лет
5. Цикл образования на 15 лет

**151. Краткосрочное планирование отражает:**

1. Длительный период физического образования школьников (год или ступень образования)
2. Этап обучения (четверть, раздел программы)
3. Микроцикл образовательного процесса (урок или серия уроков)
4. Цикл образования на 13 лет
5. Цикл образования на 15 лет

**152. Одним из основных документов перспективного планирования физического образования школьников является:**

1. План-конспект урока
2. Поурочный (тематический) план на четверть (раздел программы)
3. Годовой план-график учебного процесса
4. Учебник по физической культуре
5. Требования к оснащенности спортивного зала

**153. Одним из основных документов этапного планирования физического образования школьников является:**

1. План-конспект урока
2. Поурочный (тематический) план на четверть (раздел программы)
3. Годовой план-график учебного процесса
4. Учебник по физической культуре
5. Требования к оснащенности спортивного зала

**154. Одним из основных документов краткосрочного планирования физического образования школьников является:**

1. План-конспект урока
2. Поурочный (тематический) план на четверть (раздел программы)
3. Годовой план-график учебного процесса
4. Учебник по физической культуре

5. ГОС по физической культуре

**155. Способность противостоять утомлению — это физическое качество:**

1. Сила
2. Гибкость
3. Быстрота
4. Выносливость
5. Ловкость

**156. Способность противостоять внешним силам за счет собственных усилий — это физическое качество:**

1. Сила
2. Гибкость
3. Быстрота
4. Выносливость
5. Ловкость

**157. Способность выполнять двигательное действие с большой амплитудой — это физическое качество:**

1. Сила
2. Гибкость
3. Быстрота
4. Выносливость
5. Ловкость

**158. Способность выполнять двигательное действие без излишнего мышечного напряжения — это форма проявления:**

1. Силы
2. Гибкости
3. Быстроты
4. Выносливости
5. Ловкости

**159. Способность выполнять двигательное действие в минимальный отрезок времени — это физическое качество:**

1. Сила
2. Гибкость
3. Быстрота

4. Выносливость
5. Ловкость

**160. Одной из основных задач планирования в физическом образовании является:**

1. Выявление состояния подготовленности учащихся и материально-технического обеспечения образовательного процесса
2. Обеспечение учащихся спортивной формой
3. Обеспечение учителя конспектом урока
4. Подготовка учителя и учащихся к уроку
5. Анализ деятельности учащихся на уроках физической культуры

**161. Последовательность прохождения материала разделов учебной программы по годам или этапам обучения устанавливает:**

1. Тематический план
2. Поурочный план
3. План-конспект урока
4. Перспективный план
5. Общий план работы общеобразовательного учреждения

**162. Последовательность прохождения материала разделов учебной программы по четвертям или разделам (например, раздел гимнастика) устанавливает:**

1. Долгосрочный план
2. Поурочный (тематический) план
3. План-конспект урока
4. Перспективный план
5. Общий план работы общеобразовательного учреждения

**163. Что определяет вид урока физической культуры?**

1. Цель урока
2. Задачи урока
3. Основной вид физкультурно-спортивной деятельности

4. Тип урока
5. Возраст учащихся

**164. Что определяет тип урока физической культуры?**

1. Характер подготовительной части урока
2. Цель и задачи урока
3. Основной вид физкультурно-спортивной деятельности
4. Вид урока
5. Возраст учащихся

**165. Федеральный базисный учебный план общего образования определяет:**

1. Годовое распределение часов по всем предметам учебной программы
2. Количество учащихся в классе
3. Количество свободных учебных мест в школе
4. Нагрузку учителя физической культуры
5. Возможности школы по оказанию образовательных услуг

**166. Основными методами обучения двигательным действиям на уроке физической культуры являются:**

1. Игровой и соревновательный
2. Строго регламентированного упражнения
3. Вариативного выполнения упражнения
4. Повторного и повторно-прогрессирующего упражнения
5. Целостного и расчлененно-конструктивного упражнения

**167. Основным методом воспитания общей выносливости на уроке является:**

1. Метод максимальных усилий
2. Метод динамических усилий
3. Метод многократного растягивания
4. Равномерного непрерывного упражнения
5. Повторного и повторно-серийного упражнения

**168. Основным методом воспитания гибкости на уроке является:**

1. Метод максимальных усилий
2. Метод динамических усилий
3. Метод многократного растягивания
4. Равномерного непрерывного упражнения
5. Повторного и повторно-серийного упражнения

**169. Основным методом воспитания силовых способностей на уроке является:**

1. Метод максимальных усилий
2. Метод динамических усилий
3. Метод многократного растягивания
4. Равномерного непрерывного упражнения
5. Повторного и повторно-серийного упражнения

**170. Основным методом воспитания быстроты на уроке является:**

1. Метод максимальных усилий
2. Метод динамических усилий
3. Метод многократного растягивания
4. Равномерного непрерывного упражнения
5. Повторного и повторно-серийного упражнения

**171. Федеральный базисный учебный план определяет соотношение между:**

1. Общим и этапным планом
2. Федеральным компонентом, региональным компонентом и компонентом образовательного учреждения
3. Временем, отводимым на прохождение различных частей программы
4. Рабочими программами учителей школы
5. Подготовительной и основной частью урока

**172. Региональный компонент базисного учебного плана составляет не менее:**

1. 10% от общего нормативного времени, отводимого на освоение образовательной программы
2. 30%
3. 40%
4. 50%
5. 100%

**173. Компонент образовательного учреждения базисного учебного плана составляет от общего нормативного времени, отводимого на освоение образовательной программы, не менее:**

1. 10%
2. 30%
3. 40%
4. 50%
5. 100%

**174. Федеральный компонент базисного учебного плана составляет от общего нормативного времени, отводимого на освоение образовательной программы, не менее:**

1. 10%
2. 30%
3. 40%
4. 70%
5. 100%

**175. Программа, определяющая особенности обучения по предмету «ФК» в конкретной школе, носит название:**

1. Федеральной учебной программы
2. Региональной учебной программы
3. Рабочей учебной программы
4. Федеральной комплексной программы
5. Региональной комплексной программы

**176. Основными функциями обучения являются:**

1. Психофизиологическая
2. Мировоззренческая
3. Стимулирующая
4. Мотивационная
5. Образовательная, воспитательная, развивающая

**177. Основной формой организации физического образования во всех учебных заведениях является:**

1. Учебный предмет «Физическая культура»
2. Внеурочные формы

3. Внеклассные спортивные мероприятия
4. Спортивные секции
5. Подвижные и спортивные игры

**178. Физическая культура — это:**

1. Часть процесса физического воспитания учащихся
2. Процесс физического совершенствования человека
3. Часть культуры социума и личности, специфическая деятельность по совершенствованию собственной телесности
4. Составная часть физического образования
5. Составная часть процесса обучения

**179. В ГОС общего образования выделены следующие ступени образования:**

1. Начальное общее
2. Основное общее
3. Начальное общее, основное общее, среднее (полное) общее
4. Среднее (полное) общее
5. Неполное среднее общее

**180. ГОС общего образования устанавливает общую продолжительность обучения в школе:**

1. 12 лет
2. 9 лет
3. 4 года
4. 10 лет
5. 11 лет

**Показатели и критерии оценивания.** Используется коэффициент усвоения  $K$ :

$$K = A/P,$$

где  $A$  — число правильных ответов,  $P$  — общее число вопросов в тесте.

Отметка «отлично» —  $K = 0,9—1$

Отметка «хорошо» —  $K = 0,8—0,89$

Отметка «удовлетворительно» —  $K = 0,7—0,79$

Отметка «неудовлетворительно» —  $K < 0,7$

### **3.1.3. Показатели и критерии оценки реферата**

**Показатели оценивания.** Понимание реферата как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источников; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдение требований к оформлению:

1) новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; г) наличие авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт;

2) обоснованность выбора источников: а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в том числе журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.);

3) степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме);

4) соблюдение требований к оформлению: а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в том числе орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объему реферата.

#### **Критерии оценивания**

Отметка «5» ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и

обоснована ее актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Отметка «4» — основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Отметка «3» — имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Отметка «2» — тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Отметка «1» — реферат не представлен.

#### ***3.1.4. Критерии оценивания выполнения индивидуальных домашних заданий***

Для полноценного освоения содержания дисциплины при подготовке к семинарским занятиям студенты выполняют индивидуальные домашние задания. В основном это задания, дополняющие рассмотренные на лекциях проблемные вопросы.

Отметка «5» ставится, если студент полно излагает изученный материал, дает правильное определение понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и

самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Отметка «4» ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1—2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1—2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Отметка «3» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Отметка «2» ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

### ***3.1.5. Критерии оценивания контрольной работы***

Отметка «5». Студент полностью выполнил задание контрольной работы, показал отличные знания и умения в рамках усвоенного учебного материала, контрольная работа оформлена аккуратно и в соответствии с предъявляемыми требованиями.

Отметка «4». Студент полностью выполнил задание контрольной работы, показал хорошие знания и умения, но не смог обосновать оптимальность предложенного решения, есть недостатки в оформлении контрольной работы.

Отметка «3». Студент полностью выполнил задание контрольной работы, но допустил существенные неточности, не проявил умения правильно интерпретировать полученные результаты, качество оформления контрольной работы имеет недостаточный уровень.

Отметка «2». Студент не полностью выполнил задание контрольной работы, при этом проявил недостаточный уровень знаний и умений, а также не способен пояснить полученный результат.

## **3.2. Оценочные средства промежуточной аттестации**

### ***3.2.1. Показатели и критерии оценивания курсовой работы***

Оценка «отлично» выставляется студенту, если в работе содержатся элементы научного творчества и делаются самостоятельные выводы, достигнуты все результаты, указанные в задании, качество оформления отчета соответствует установленным в вузе требованиям и при защите студент проявил отличное владение материалом работы и способность аргументированно отвечать на поставленные вопросы по теме работы.

Оценка «хорошо» выставляется, если в работе достигнуты все результаты, указанные в задании, качество оформления отчета соответствует установленным в вузе требованиям и при защите студент проявил хорошее владение материалом работы и способность аргументированно отвечать на поставленные вопросы по теме работы.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если в работе достигнуты основные результаты, указанные в задании, качество оформления отчета в основном соответствует установленным в вузе требованиям и при защите студент проявил удовлетворительное владение материалом работы

и способность отвечать на большинство поставленных вопросов по теме работы.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если в работе не достигнуты основные результаты, указанные в задании, или качество оформления отчета не соответствует установленным в вузе требованиям, или при защите студент проявил неудовлетворительное владение материалом работы и не смог ответить на большинство поставленных вопросов по теме работы.

### **Тематика курсовых работ**

1. Возникновение и развитие предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе.

2. Формирование научно-методических основ обучения физической культуре.

3. Развитие содержания образования по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования.

4. Современное состояние теории и практики содержания образования по предмету «Физическая культура».

5. Государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культура».

6. Федеральный компонент государственного стандарта общего образования по предмету «Физическая культура».

7. Региональный компонент государственного образовательного стандарта по предмету «Физическая культура».

8. Пути реализации государственного образовательного стандарта в современных концепциях модернизации общего среднего образования.

9. Специфика процесса обучения по предмету «Физическая культура».

10. Взаимосвязь методов обучения и воспитания двигательных способностей.

11. Принципы обучения предмету «Физическая культура».

12. Педагогическая система предмета «Физическая культура».

13. Учитель физической культуры как главный субъект педагогической системы учебного предмета.
14. Требования к личности учителя физической культуры.
15. Критерии оценки деятельности учителя физической культуры.
16. Особенности подготовки учителя физической культуры к уроку.
17. Учащиеся — субъект взаимодействия преподавания и учения по предмету «Физическая культура».
18. Возрастные особенности анатомо-физиологического развития учащихся общеобразовательных школ.
19. Учащиеся как субъект педагогической системы учебного предмета «Физическая культура».
20. Особенности физического развития учащихся общеобразовательных школ.
21. Формы организации физического образования в общеобразовательной школе.
22. Формирование комплекса физкультурно-педагогического знания студентов в процессе освоения дисциплины «ТиМОФК».
23. Особенности интеграции теоретических знаний студентов в профессионально-педагогическую компетенцию специалиста в сфере физической культуры.
24. Этапы формирования научно-методологических основ предмета «Физическая культура»
25. Факторы модернизации школьной системы физической культуры.
26. Анализ различных подходов совершенствования системы школьного физического образования.
27. Основные направления совершенствования школьной системы физического образования.
28. Взаимосвязь процессов формирования двигательных навыков и воспитания физических качеств.
29. Физическая подготовленность как компонент готовности к обучению двигательному действию.

30. Техническая и психологическая готовность к обучению двигательному действию.

31. Содержание образования по предмету «Физическая культура».

32. Примерная программа по физической культуре.

33. Рабочая учебная программа по физической культуре.

34. Виды взаимодействия в дидактических процессах.

35. Структура процесса обучения двигательному действию.

36. Двигательные умения и навыки как результат обучения.

37. Характеристика готовности к обучению двигательному действию.

38. Этапы обучения двигательному действию.

39. Формирование интереса учащихся к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

40. Типовая и видовая направленность уроков физической культуры.

41. Подготовка учителя к уроку в свете современных требований к учебному процессу.

42. Технология организации и проведения урока физической культуры в школе.

43. Проектирование дидактического взаимодействия учителя и учащихся на уроке физической культуры.

44. Планирование, его виды, типы, содержание и основные требования.

45. Дозирование физических нагрузок на уроках физической культуры.

46. Методы педагогического анализа урока физической культуры.

47. Оценка физкультурно-спортивной деятельности учащихся на уроках физической культуры.

48. Планирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре.

49. Характеристика документов планирования в физическом образовании школьников.

50. Формы организации физической культуры в общеобразовательной школе.

51. Практическая реализация взаимодействия учителя и учащихся на уроках физической культуры: деятельность педагога и учащихся в этом взаимодействии.

52. Контроль и коррекция процесса дидактического взаимодействия учителя и учащихся.

53. Контроль и коррекция процесса взаимодействия учителя и учащихся на уроке физической культуры.

54. Предмет «Физическая культура» в структуре содержания физического образования.

55. Системный подход к построению учебного процесса по предмету «Физическая культура».

56. Общая характеристика педагогической системы учебного предмета «Физическая культура».

57. Дидактические процессы как элемент педагогической системы предмета «Физическая культура».

58. Оценочно-аналитический компонент в технологии учебного процесса по физической культуре.

59. Взаимосвязь учебного процесса по предмету «Физическая культура» с содержанием внеурочных форм занятий.

### ***3.2.2. Перечень вопросов к устному зачету и критерии его оценки***

#### ***Критерии оценивания***

«Зачтено». Теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, большинство предусмотренных программой заданий выполнено, но в них имеются ошибки при ответе на поставленный вопрос. Обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос. Теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно из-

лагает материал; свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний; использует в ответе дополнительный материал, все предусмотренные программой задания выполнены.

«Не зачтено». Не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы, необходимые практические компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.

### **Вопросы к устному зачету**

1. Характеристика обучения как дидактического процесса.

2. Предмет обучения в сфере физической культуры.

3. Раскрыть основные функции обучения (образовательная, воспитательная, развивающая).

4. Характеристика ТиМОФК как учебной дисциплины, раскрыть ее связь с ТиМФК.

5. Раскрыть понятие «Учебный предмет “Физическая культура”» (определение, цель, задачи).

6. Определение, цель, задачи физкультурного образования школьников.

7. Охарактеризовать педагогическую систему предмета «Физическая культура».

8. Раскрыть место и значение предмета ТиМОФК в подготовке специалистов в сфере физической культуры.

9. Основные этапы развития научно-теоретических основ предмета «Физическая культура».

10. Раскрыть основные факторы модернизации педагогической системы школьной физической культуры.

11. Раскрыть основные направления совершенствования (подходы) и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура» (базово-вариативный подход, региональный, образовательный и др.).

12. Охарактеризовать специфические функции физической культуры в содержании общего образования.

13. Раскрыть содержание образования по предмету «ФК» в структуре общего образования (определение, место, функции, факторы, особенности).

14. Дать краткую характеристику ФГОС общего образования по предмету «Физическая культура» (определение, цель, основные направления, структура).

15. Охарактеризовать региональный и федеральный компоненты ГОС и ФГОС по ступеням обучения.

16. Дать характеристику федеральному базисному учебному плану общего образования.

17. Охарактеризовать обязательный минимум по предмету «ФК».

18. Раскрыть содержание примерной (типовой) учебной программы по предмету «ФК».

19. Раскрыть структуру содержания образования по предмету «ФК» и дать краткую характеристику ее компонентам (основы знаний, способы ФСД, требования к уровню подготовки, требования к оснащённости учебного процесса).

20. Раскрыть содержание и дать краткую характеристику основным школьным образовательным программам по физической культуре, одобренным Министерством образования РФ (название, автор, основные разделы).

21. Характеристика рабочей учебной программы (определение, основные требования, структура).

22. Анализ школьной научно-методической литературы по физической культуре (учебник — автор и краткая аннотация; журналы, газеты, методические рекомендации).

23. Основы материально-технического обеспечения процесса физического образования в школе.

24. Урок в структуре дидактических процессов по предмету «ФК» (определение, место, основные отличительные черты).

25. Типы и виды уроков по предмету «ФК»: классификация и общая характеристика.

26. Соотношение типовой и видовой направленности урока в связи с возрастом занимающихся.

27. Структура урока по предмету «ФК», определение и характеристика частей и элементов структуры.

28. Общая характеристика частей урока физической культуры, их содержание.

29. Охарактеризовать элементы и компоненты урока.

30. Технология организации проведения урока физической культуры. Краткое обоснование методики проведения его частей.

31. Технология проведения основной части урока физической культуры.

32. Технология проведения подготовительной и заключительной частей урока физической культуры.

33. Характеристика задач урока физической культуры (обучения, воспитания, развития), основные требования к постановке задач.

34. Особенности организации дидактического взаимодействия учителя и учащихся (способы размещения и порядок выполнения учебных заданий).

35. Понятие «физическая нагрузка» (определение, оптимизация, эффект нагрузки).

36. Методические особенности регулирования нагрузок на уроках физической культуры (объем и интенсивность нагрузки, признаки утомления).

37. Методы определения величины нагрузки урока физической культуры (пульсометрия, хронометрия). Общая и моторная плотность урока.

38. Педагогический анализ урока физической культуры (определение, назначение, виды, функции).

39. Педагогическое наблюдение как метод анализа урока физической культуры. Исходные направления педагогического анализа. Методика проведения педагогического анализа.

40. Раскрыть основное содержание планирования (цель, задачи, функции, виды).

41. Технология перспективного планирования (общий и годовой план учебного процесса).

42. Технология этапного планирования (поурочный (тематический) план на четверть).

43. Технология краткосрочного планирования учебного процесса. Основные требования к планированию.

### ***3.2.3. Перечень вопросов к экзамену и критерии его оценки***

#### ***Критерии оценивания***

Оценки «отлично» заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «отлично» выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Оценки «хорошо» заслуживает студент, обнаруживший полное знание учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Как правило, оценка «хорошо» выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает студент, обнаруживший знания основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющийся с

выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, допустившим погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

### **Вопросы к экзамену (6 семестр)**

1. Характеристика обучения как дидактического процесса. Предмет обучения в сфере физической культуры.

2. Раскройте основные функции обучения (образовательная, воспитательная, развивающая).

3. Характеристика ТиМОФК как учебной дисциплины, ее связь с ТиМФК.

4. Раскройте понятие «Учебный предмет “Физическая культура”» (определение, цель, задачи).

5. Физкультурное образование (определение, цель, задачи, основные направления).

6. Характеристика педагогической системы предмета «Физическая культура».

7. Место и значение предмета ТиМОФК в подготовке специалистов в сфере физической культуры.

8. Основные этапы развития научно-теоретических основ предмета «Физическая культура».

9. Раскройте основные факторы модернизации педагогической системы школьной физической культуры.

10. Раскройте основные направления совершенствования (подходы) и организации учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура» (базово-вариативный подход, региональный, образовательный и др.).

11. Специфические функции физической культуры в содержании общего образования.

12. Содержание образования по предмету «Физическая культура» в структуре общего образования (определение, место, функции, факторы, особенности содержания).

13. Государственный образовательный стандарт общего образования по предмету «Физическая культура» (определение, цель, основные направления, структура).
14. Характеристика регионального и федерального компонентов ГОС по ступеням обучения.
15. Характеристика Федерального базисного учебного плана общего образования.
16. Обязательный минимум по предмету «Физическая культура».
17. Примерная (типовая) учебная программа по предмету «Физическая культура».
18. Структура содержания образования по предмету «Физическая культура» (основы знаний, способы ФСД, требования к уровню подготовки, требования к оснащённости учебного процесса).
19. Раскройте содержание и дайте краткую характеристику основным школьным образовательным программам по физической культуре, одобренным Министерством образования РФ (название, автор, основные разделы).
20. Характеристика рабочей учебной программы (определение, основные требования, структура).
21. Анализ школьной научно-методической литературы по физической культуре (учебник — автор и краткая аннотация; журналы, газеты, методические рекомендации).
22. Основы материально-технического обеспечения процесса физического образования в школе.
23. Сущность дидактических процессов в предмете «Физическая культура».
24. Охарактеризуйте виды взаимодействия учителя и ученика в процессе обучения.
25. Охарактеризуйте субъекты дидактического взаимодействия.
26. Дайте определение знаниям и раскройте их основное содержание.
27. Охарактеризуйте основные этапы формирования знаний.
28. Раскройте уровни сформированности знаний.

29. Охарактеризуйте основные педагогические требования к формированию знаний в сфере физической культуры.

30. Раскройте основные направления теоретической подготовки учащихся общеобразовательных школ в соответствии с образовательным стандартом.

31. Общие закономерности и различительные черты двигательных умений и навыков.

32. Положительный и отрицательный перенос навыка, их характеристика.

33. Характеристика готовности учащихся к обучению ДД.

34. Раскройте структуру процесса обучения двигательному действию.

35. Охарактеризуйте основные этапы (дидактические шаги) обучения двигательным действиям.

36. Характеристика этапа формирования готовности к обучению двигательному действию. Определение готовности и ее виды.

37. Характеристика этапа начального разучивания двигательного действия.

38. Характеристика этапа углубленного разучивания ДД.

39. Характеристика этапа закрепления и дальнейшего совершенствования ДД.

40. Характеристика этапа формирования умения использовать знания и двигательные навыки в практической деятельности.

41. Определите причины возникновения ошибок при обучении двигательным действиям на каждом из этапов дидактических процессов.

42. Урок в структуре дидактических процессов по предмету «ФК» (определение, место, основные отличительные черты).

43. Типы и виды уроков по предмету «ФК»: классификация и общая характеристика.

44. Соотношение типовой и видовой направленности урока в связи с возрастом занимающихся.
45. Структура урока по предмету «ФК», определение и характеристика частей и элементов структуры.
46. Общая характеристика частей урока физической культуры, их содержание.
47. Охарактеризуйте элементы и компоненты урока.
48. Технология организации проведения урока физической культуры. Краткое обоснование методики проведения его частей.
49. Технология проведения основной части урока физической культуры.
50. Технология проведения подготовительной и заключительной частей урока физической культуры.
51. Характеристика задач урока физической культуры (обучения, воспитания, развития), основные требования к постановке задач.
52. Особенности организации дидактического взаимодействия учителя и учащихся (способы размещения и порядок выполнения учебных заданий).
53. Понятие «физическая нагрузка» (определение, оптимизация, эффект нагрузки).
54. Методические особенности регулирования нагрузок на уроках физической культуры (объем и интенсивность нагрузки, признаки утомления).
55. Методы определения величины нагрузки урока физической культуры (пульсометрия, хронометрия). Общая и моторная плотности урока.
56. Педагогический анализ урока физической культуры (определение, назначение, виды, функции).
57. Педагогическое наблюдение как метод анализа урока физической культуры. Исходные направления педагогического анализа. Методика проведения педагогического анализа.
58. Сущность, назначение и особенности использования рейтингового метода для анализа урока физической культуры.

59. Методологические основы оценки ФСД школьников на уроке физической культуры (определение, функции, принципы, виды оценки).

60. Критерии оценки по физической культуре (количественные и качественные); характеристика видов подготовленности, подлежащих оценке.

61. Методика оценки ФСД учащихся на уроках физической культуры (основные методы оценки, отметка, методические особенности оценки).

62. Раскройте основное содержание планирования (цель, задачи, функции, виды).

63. Технология перспективного планирования (общий и годовой план учебного процесса).

64. Технология этапного планирования (поурочный (тематический) план на четверть).

65. Технология краткосрочного планирования учебного процесса. Основные требования к планированию.

66. Определите основное назначение деятельности учителя физической культуры.

67. Раскройте основные функции учителя физической культуры.

68. Раскройте структуру (компонентный состав) деятельности учителя физической культуры.

69. Определите круг функциональных обязанностей учителя физической культуры.

70. Раскройте особенности взаимосвязи деятельности учителя физической культуры и учащихся на уроках физической культуры (непосредственное и опосредованное взаимодействие).

71. Охарактеризуйте основные этапы подготовки учителя физической культуры к уроку.

72. Раскройте основные критерии оценки деятельности учителя физической культуры.

73. Педагогическое руководство физическим образованием школьников (должностные обязанности).

74. Значение педагогических принципов в учебно-воспитательном процессе по физической культуре.

75. Классификация и краткая характеристика принципов обучения по предмету «Физическая культура».

76. Методические особенности реализации принципов обучения в образовательном процессе по физической культуре.

77. Раскройте понятие «Педагогическая технология предмета “Физическая культура”» (определение, признаки технологичности учебного предмета, уровни соподчиненности педагогических технологий).

78. Раскройте содержание циклов технологии педагогической системы по физической культуре (макро-, мезо-, микроциклы; особенности содержания циклов технологии).

79. Школьный спортивный клуб как форма организации внеурочной спортивной работы в школе (цель, задачи, оформление клуба, содержание работы и т.п.).

80. Цель и задачи внеурочной деятельности. Анализ программ внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности.

81. Виды внеурочной деятельности, модели организации внеурочной деятельности.

82. Особенности внеклассной спортивно-массовой работы с учащимися начальной, основной и средней школ.

## Список использованной литературы

1. Анализ урока в общеобразовательной школе: Методический конструктор : метод. рекомендации [Электронный ресурс] / Ю. В. Воронина [и др.] // Открытая электронная библиотека научно-образовательных ресурсов Оренбуржья. 2018. 194 с. URL: <http://elib.osu.ru/handle/123456789/6416>.

2. Анащенкова С. В. Оценка достижения планируемых результатов в начальной школе / С. В. Анащенкова, М. В. Бойкина, Л. А. Виноградская, А. П. Матвеев. М. : Просвещение, 2012. 203 с.

3. Асмолов А. Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий : пособие для учителя / А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская [и др.] ; под ред. А. Г. Асмолова. М. : Просвещение, 2010. 159 с.

4. Ашмарин Б. А. Теория и методики физического воспитания: Для фак-тов физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 «Физ. культура» / Б. А. Ашмарин, Ю. А. Виноградов, З. Н. Вяткина [и др.] ; под ред. Б. А. Ашмарина. М. : Просвещение, 1990. 286 с.

5. Боген М. М. Обучение двигательным действиям / М. М. Боген. М. : Физкультура и спорт, 1985. 192 с.

6. Верхлин В. Н. Контрольно-измерительные материалы. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы. 1—4 классы / В. Н. Верхлин, К. А. Воронцов. М. : ВАКО, 2011. 206 с.

7. Виленский М. Я. Физическая культура. Методические рекомендации. 5—7 классы : пособие для учит. общеобр. учрежд. / М. Я. Виленский, В. Т. Чичикин, Т. Ю. Торочкова. М. : Просвещение, 2013. 123 с.

8. Елизарова Е. М. Физическая культура. 2—4 классы: уроки двигательной активности / Е. М. Елизарова. М. : Учитель, 2012. 58 с.

9. Железняк Ю. Д. Методика обучения физической культуре : учеб. для студ. учреждений ВПО / Ю. Д. Железняк.

няк, И. В. Кулишенко, Е. В. Корякина ; под ред. Ю. Д. Железняк. М. : Издат. центр «Академия», 2013. 256 с.

10. Железняк Ю. Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 033100 — Физическая культура / Ю. Д. Железняк. М. : Академия, 2006. 272 с.

11. Казачкова С. П. Начальная школа. Требования стандартов второго поколения к урокам и внеурочной деятельности / С. П. Казачкова, М. С. Умнова. М. : Планета, 2012. 104 с.

12. Каинов А. Н. Физическая культура. 9—11 классы: организация и проведение олимпиад. Рекомендации, тесты, задания / А. Н. Каинов. М. : Учитель, 2012. 95 с.

13. Кокоулина О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учеб.-практ. пособие / О. П. Кокоулина. М. : Евразийский открытый институт, 2011. 144 с. URL: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90952>.

14. Колодницкий Г. А. Физическая культура. 8 класс: Планирование и организация занятий / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов. М. : Дрофа, 2010. 104 с.

15. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1—11 классов общеобразовательной школы / разработ. В. И. Лях [и др.]. М., 1992.

16. Коровин С. С. Введение в теорию и дидактические основания физической культуры: Курс лекций по теории и методике физической культуры / С. С. Коровин. Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2006. 132 с.

17. Коровин С. С. Дидактические основы физического образования : учеб.-метод. пособие / С. С. Коровин, П. П. Тиссен, Н. В. Мишнаевский. Оренбург : Изд-во ОГПУ, 1999. 155 с.

18. Коровин С. С. Профессионально-прикладная физическая культура в системе непрерывного образования учащейся молодежи : учеб.-метод. пособие / С. С. Коровин, Д. Н. Сысоев. Оренбург : Изд-во ОГПИ, 1996. 50 с.

19. Коровин С. С. Теоретические и методические основания воспитания двигательных способностей обучающихся : учеб. пособие / С. С. Коровин, П. П. Тиссен. Оренбург, 2017. 164 с.

20. Коровин С. С. Ценностный потенциал физической культуры в воспитании личности : учеб. пособие для обучающихся по программам бакалавриата и магистратуры направлений подготовки 44.03.01, 44.03.05, 44.04.01, 49.03.01 / С. С. Коровин, Т. М. Панкратович. Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2018. 212 с.

21. Лепешкин В. А. Методика обучения учащихся технике передвижения на лыжах. 1—11 классы : метод. пособие / В. А. Лепешкин. М. : Дрофа, 2006. 98 с.

22. Матвеев А. П. Оценка качества подготовки выпускников средней школы по физической культуре / А. П. Матвеев, Т. В. Петрова. М. : Дрофа, 2006. 104 с.

23. Матвеев А. П. Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре / А. П. Матвеев, Т. В. Петрова. М. : Дрофа, 2010. 195 с.

24. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. М. : Физкультура и спорт, 1991. 543 с.

25. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: Введение в предмет : учебник для высш. спец. физкультурных учеб. заведений / Л. П. Матвеев. М. : Лань, 2003. 160 с.

26. Минникаева Н. В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : учеб. пособие / Н. В. Минникаева, С. В. Шабашева. Кемерово : Кемер. гос. ун-т, 2016. 144 с. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>.

27. Письмо Минобрнауки РФ от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС ОО».

28. Полат Е. С. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования : учеб. пособие для студ. пед. вузов и системы повыш. квалиф. пед. кадров /

Е. С. Полат, М. Ю. Бухаркина, М. В. Моисеева, А. Е. Петров ; под ред. Е. С. Полат. 2-е изд. М. : Издат. центр «Академия», 2005. 272 с.

29. Полянская Н. В. Система физического воспитания в образовательных учреждениях : метод. рекомендации / Н. В. Полянская, Ю. А. Копылов. М. : Мнемозина, 2011. 123 с.

30. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями от 13 декабря 2013 г., 28 мая 2014 г., 17 июля 2015 г.). URL: <http://base.garant.ru/70466462>.

31. Примерные основные образовательные программы начального общего образования и основного общего образования, внесенные в реестр образовательных программ, одобренные федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/5). <http://fgosreestr.ru>.

32. Программа для обучающихся 8—11 классов по физической культуре на основе фитнес-аэробики / авт.-сост. О. С. Слущкер, Т. Г. Полухина. М., 2011.

33. Программа по физической культуре учащихся I—XI классов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе / авт.-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова, Л. В. Каверкина. М. : Дрофа, 2006. 76 с.

34. Профессиональный стандарт «Педагог». Министерство юстиции Российской Федерации. 6 декабря 2013 года, регистрационный № 30550.

35. Слостенин В. А. Педагогика : учеб. пособие для студ. пед. учеб. заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. М. : Школа-Пресс, 1998. 512 с.

36. Степанов П. В. Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность / П. В. Степанов, С. В. Сизяев, Т. Н. Сафронов. М. : Просвещение, 2011. 80 с.

37. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студ. вузов физического воспитания и спорта : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевича. Т. 1 : Общие основы теории и методики физического воспитания. М., 2003. 423 с.

38. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студ. вузов физического воспитания и спорта : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевича. Т. 2 : Методика физического воспитания различных групп населения. М., 2003. 392 с.

39. Теория и методика физической культуры (курс лекций) : учеб. пособие / под ред. Ю. Ф. Курамшина, В. И. Попова. СПб. : СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1999. 324 с.

40. Тиссен П. П. Планирование в физическом образовании : учеб.-метод. пособие / П. П. Тиссен, С. С. Коровин, Л. М. Степанова. Оренбург : Пресса, 2015. 122 с.

41. Тиссен П. П. Программа физического воспитания учащихся 5—8 классов с валеологической направленностью / П. П. Тиссен, С. С. Коровин, В. М. Пустовалов. Оренбург : Изд-во ОГПУ, 1997. 70 с.

42. Тиссен П. П. Физическая культура : учеб. программа основного общего образования / авт.-сост. П. П. Тиссен. Оренбург : Детство, 2014. 48 с.

43. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».

44. Учебно-методический комплекс. Лях В. И. Физическая культура. Учебник для 1 класса. М. : Просвещение, 2011.

45. Федеральный государственный образовательный стандарт начального и общего образования. М. : Просвещение, 2010.

46. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 15, ст. 51.

47. Физическая культура : учеб. программа для обучающихся начальных классов / сост.: Е. Г. Прекина, С. П. Прекин, Л. В. Фадеева. Кемерово : Изд-во КРИПКиПРО, 2014. 267 с.
48. Физическая культура: образовательная программа для учащихся средней общеобразовательной школы / разработ. А. П. Матвеев, Н. И. Алексеев. М., 1995.
49. Физическая культура. 10—11 класс. Тестовый контроль / В. И. Лях. М. : Просвещение, 2012. 164 с.
50. Физическая культура. 5—9 класс. Тестовый контроль / В. И. Лях. М. : Просвещение, 2014. 209 с.
51. Физическое воспитание учащихся 1—11 классов с направленным развитием физических качеств / разработ. В. И. Лях, Г. Б. Мейксон. М., 1992.
52. Физическое воспитание учащихся 1—11 классов, основанное на одном из видов спорта / разработ. Е. Н. Литвинов [и др.]. М., 1992.
53. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студ. учреждений ВПО, обуч. по направлению подготовки «Педагогическое образование» / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М. : Академия, 2014. 480 с.

**План-конспект урока физической культуры**

Разработайте план-конспект урока физической культуры (класс, задачи по выбору) по приводимой ниже схеме.

*Конспект урока для учащихся \_\_\_\_\_ класса*

**Задачи урока:**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

**Планируемые результаты:**

Личностные:

Предметные:

Метапредметные:

***Место проведения:***

***Время проведения:***

***Инвентарь и оборудование:***

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Организационно-методические указания по формированию УУД	Формируемые универсальные учебные действия		
				регулятивные	познавательные	коммуникативные

Схема анализа урока физической культуры

*Информация о посещенном уроке*

Ф.И.О., должность посетившего урок	
Цель посещения урока	
Дата посещения урока	
Учитель (Ф.И.О., должность)	
Класс	
Учебный предмет	Физическая культура
Тема урока	
Тип урока	
Цель урока	

*Структура наблюдения за ходом урока*

Этап урока	Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)
<b>Организационно-подготовительный этап (подготовительная часть урока)</b>	
<b>ДИДАКТИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА</b> — подготовить обучающихся к решению образовательных задач	
<b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — вводная часть: постановка задач урока	
<b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: полнота цели и комплексность заявленных задач; личностная значимость и ясность для обучающихся;	

Этап урока	Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)
<p>возрастная адекватность содержания; соответствие программному материалу; доброжелательность, демократичность, корректность, культура речи; приветствие, контроль посещения и спортивной формы; организация психоэмоциональной (мотивационной) сферы; проявление взаимодействия; адекватная манера поведения, проведение «организационных» физических упражнений.</p> <p><b>ПОКАЗАТЕЛИ</b> выполнения дидактической задачи: кратковременность организационного момента, полная готовность к работе, быстрое включение учеников в деловой ритм, установка внимания всего класса</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>выбор способа организации обучающихся</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: соответствие способов организации обучающихся задачам урока, содержанию подготовительной части, возрастным (групповым, индивидуальным) особенностям обучающихся.</p> <p><b>ПОКАЗАТЕЛИ</b> выполнения дидактической задачи: соответствие способов организации обучающихся задачам урока, содержанию подготовительной части, возрастным (групповым, индивидуальным) особенностям обучающихся</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>определение содержания двигательной деятельности</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: подбор физических упражнений общей разминки; подбор упражнений специальной разминки; оптимизация последовательности упражнений подготовительной части урока; способы управления обучающимися.</p> <p><b>ПОКАЗАТЕЛИ</b> выполнения дидактической задачи: направленность на функциональную и общую двигательную подготовленность к уроку (подбор общеподготовительных упражнений);</p>	

## Продолжение таблицы

Этап урока	Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)
<p>направленность на специальную двигательную подготовленность к уроку (подводящие и подготовительные упражнения); объяснение направленности упражнений специальной разминки для успешности решения задач основной части урока (психическая подготовленность к уроку, оптимальная психофизическая нагрузка); последовательность и преемственность упражнений в соответствии с задачами урока; реализация оперативного контроля функционального состояния обучающихся (по данным анализа физиологической кривой нагрузки); адекватное использование команд, распоряжений, зрительной и «звуковой» наглядности; точность, четкость и требовательность в подаче команд и распоряжений; контроль за их выполнением; соответствующая демонстрация преподавателем двигательных действий</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ — организация условий проведения урока</b>  <b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: подготовка инвентаря и оборудования; оптимальное размещение инвентаря и оборудования; санитарно-гигиеническое состояние места занятий и пребывания обучающихся.  <b>ПОКАЗАТЕЛИ</b> выполнения дидактической задачи: своевременность; соответствие задачам урока; соблюдение качественно-количественных характеристик; удобное расположение обучающихся; адекватный способ получения инвентаря; соответствие установленным нормам (спортивный зал, раздевалки, туалеты, освещение, воздух)</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ — определение способов (порядка) выполнения задания</b>  <b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: способ выполнения заданий соответствует содержанию подготовительной части урока и его задачам (индивидуальный, поочередный, поточный, индивидуальный, групповой, фронтальный)</p>	

Продолжение таблицы	
Этап урока	Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)
<p><b>Основной этап обучения, воспитания и развития (основная часть урока)</b></p> <p><b>ДИДАКТИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА</b> — достижение поставленных задач урока</p> <p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>эффективное состояние рабочей площадки для реализации задач урока</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: состояние инвентаря и оборудования, его соответствие установленным нормам; оптимальное расположение вспомогательного оборудования и мест отдыха; полнота инвентаря и оборудования для решения задач урока; соблюдение техники безопасности: состояние инвентаря и оборудования, его соответствие установленным нормам; оптимальное расположение вспомогательного оборудования и мест отдыха; полнота инвентаря и оборудования для решения задач урока; соблюдение техники безопасности</p> <p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>целесообразность размещения обучающихся</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: способ размещения соответствует задачам урока, благоприятный для взаимодействия преподавателя и обучающихся; предусмотренность места для индивидуальных дополнительных заданий</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>оптимальное использование инвентаря и оборудования</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: адекватная цели и задачам урока загруженность оборудования, инвентаря; достаточность основного и вспомогательного инвентаря и оборудования; адекватная цели и задачам урока загруженность оборудования, инвентаря; достаточность основного и вспомогательного инвентаря и оборудования</p> <p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>дидактическое обеспечение образовательного процесса</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: грамотное использование средств</p>	

Продолжение таблицы

<p>Этап урока</p> <p>и методов физической культуры; выбранные принципы освоения физической культуры соответствуют возрастным особенностям и уровню подготовки учащихся.</p> <p><b>ПОКАЗАТЕЛИ</b> выполнения дидактической задачи: направленное использование специально-подготовительных физических упражнений (подводящих, развивающих) в обучении и воспитании двигательных качеств; соответствие используемых для обучения (совершенствования) и воспитания упражнений задачам урока; непосредственная демонстрация техники двигательного действия (качество — количество); целесообразное использование методов зрительной наглядности; целесообразность и качество подбора методов строгой регламентации; качество использования методов вербального воздействия в соответствии с задачами урока; культура речи преподавателя (эмоциональность, образность, терминология); качество сочетания (соотношения) используемых методов; направленное использование сопряженного метода; обеспечение здоровьесберегающей направленности используемых средств и методов; оптимальная последовательность в обучении (совершенствовании) двигательным действиям; преемственность в обучении (совершенствовании); качество реализации дифференцированного подхода; постепенность обучения и психофизической нагрузки</p>	<p>Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)</p>
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>развивающая направленность содержания урока</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: использование приемов взаимообучения; включение обучающихся в процессы помощи и страховки (инструкторские умения и навыки); поддержание оптимального психоэмоционального фона образовательной деятельности; привлечение обучающихся к оценке и самооценке деятельности; реабилитационная направленность деятельности (при необходимости)</p>	

Этап урока	Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ — воспитательная направленность содержания урока</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: акцентированное воспитание двигательных качеств; оптимальная последовательность в воспитании двигательных качеств; коррекция и контроль поведения обучающихся; стимулирование активности и творческих действий; использование ролевого участия обучающихся в уроке; корректность в поддержании дисциплины</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ — обучающая направленность содержания урока</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: объяснение ошибок в деятельности и поведении, путей их исправления; реализация в ходе урока процессов освоения новых двигательных действий; проявление действий для теоретической подготовки обучающихся; реализация в ходе урока процессов совершенствования двигательных действий; реализация оперативного контроля и оценки результатов процессов обучения; оптимальное соотношение теоретической и двигательной подготовки; качество — количество новизны в обучении</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ — постоянство и качество обеспечения контроля и оценки образовательной деятельности</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: контроль психофизической нагрузки в течение основной части урока (по данным анализа физиологической кривой нагрузки); контроль и оценка качества усвоения материала; контроль и оценка норм и правил поведения; реализация коррекционных действий поведения и деятельности</p>	

Продолжение таблицы

Этап урока	Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)
<p><b>Заключительный этап (заключительная часть урока)</b></p> <p><b>ДИДАКТИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА</b> — подведение итогов урока, формирование у обучающихся умения анализировать результаты своей учебной деятельности</p> <p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>оптимизация психоэмоциональной нагрузки в ходе завершения урока</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: адекватность подобранных упражнений по снижению психофизической нагрузки и методов их реализации (по данным анализа физиологической кривой нагрузки); адекватность подобранных упражнений для снижения психоэмоциональной нагрузки</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>подведение итогов урока</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: диагностика и оценка деятельности всего класса; обозначение типичных ошибок и нарушений поведения и деятельности; объяснение качества решения задач урока</p>	
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — <b>информирование о домашнем задании</b></p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: объяснение содержания домашнего задания; определение способов (методов) его выполнения; определение психофизической нагрузки домашнего задания; использование домашнего задания теоретической направленности; индивидуализация содержания домашнего задания</p>	

Этап урока	Оценка деятельности преподавателя (элементы «фотографии» урока)
<p><b>СОДЕРЖАНИЕ</b> — осуществление рефлексии учебной деятельности</p> <p><b>УСЛОВИЯ</b> достижения положительных результатов: привлечение обучающихся к оценке собственной деятельности на уроке; объяснение и оценка полученных результатов собственной деятельности</p> <p><b>ВЫВОДЫ</b></p> <p><b>Достижение цели урока:</b>  <b>РЕАЛИЗОВАН ЗАМЫСЕЛ УРОКА:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) достигнут запланированный результат урока (сдвиг в способах работы детей, уровне знаний и др.);</li> <li>2) этот результат получен ненасильственным по отношению к детям путем (дети работали инициативно, с интересом, говорили на уроке больше, чем учитель, ушли с урока, желая продолжить занятие)</li> </ol>	
<p><b>Достоинства урока</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Готовность материально-технического оснащения урока: пособия, раздаточный материал, модели, приборы и т.д.</li> <li>2. Готовность преподавателя и учащихся к уроку: внешний вид, эмоциональное состояние, психологический настрой, дисциплина.</li> <li>3. Построение урока: правильность поставленных целей и задач, оптимальность темпа, завершенность.</li> <li>4. Определение и выбор методов обучения и развития познавательной активности и самостоятельности учащихся</li> </ol>	<p><b>Проблемы, замечания</b></p> <p><b>Методические рекомендации</b></p>

Продолжение таблицы

<p>5. Деятельность преподавателя на уроке по актуализации знаний, формированию новых понятий и умений, организация поисковой деятельности и самостоятельной работы.</p> <p>6. Учебная деятельность учащихся на уроке, выявление умений наблюдать, сопоставлять, устанавливая причинно-следственные связи, делать выводы, обобщения.</p> <p>7. Система учета и оценки знаний учащихся: целесообразность выбранных форм проверки знаний, мотивированность и объективность выставленных оценок.</p> <p>8. Объем и характер домашнего задания, его индивидуальность.</p> <p>9. Научно-теоретический уровень урока.</p> <p>10. Структура урока и его педагогическая целесообразность</p>					

\_\_\_\_\_ (Подпись посетившего урок)

Учебное издание

**Тиссен Петр Павлович**  
**Ботагариев Толеген Амиржанович**

**Теория и методика обучения физической культуре**

Учебно-методическое пособие для самостоятельной  
подготовки студентов

Редакторы Р. Д. Иванченко, В. А. Котунова  
Компьютерная верстка Е. С. Рожковой

Подписано в печать 21.01.2019  
Формат 60×84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Усл. печ. л. 7,47  
Тираж 100 экз. Заказ 8