



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ИНСТИТУТ ТЕХНОЛОГИЙ (ФИЛИАЛ) ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» В Г.
ВОЛГОДОНСКЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ (Институт технологий (филиал) ДГТУ в г.
Волгодонске)**

Факультет «Технологии и менеджмент»

Кафедра «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины»



УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

Н.М. Сидоркина

«22» апреля 2024 г.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
(ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)**

**для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
по дисциплине**

«Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх»

для обучающихся по направлению подготовки (специальности) 44.03.01

Педагогическое образование направленность Физическая культура

Лист согласования

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине

«Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх»

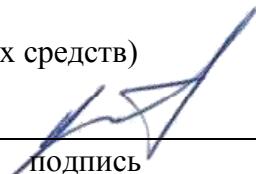
составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки (специальности)

44.03.01 Педагогическое образование направленность Физическая культура

Рассмотрены и одобрены на заседании кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» протокол № 9 от 22.04.2024 г

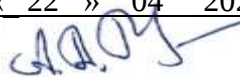
Разработчики оценочных материалов (оценочных средств)

Ст. преподаватель


_____ С.В. Четвериков
подпись

« 22 » 04 2024г.

И.о. заведующего кафедрой


_____ А.А. Морозова
подпись

« 22 » 04 2024г.

Согласовано:

Директор МБОУ «Гимназия «Юридическая»
г. Волгодонска


_____ Колодяжная Т.В.
подпись
« 22 » 04 2024г.

Директор МБОУ «Лицей № 16» г. Волгодонска


_____ Лушникова Л.Н.
подпись

« 22 » 04 2024г.

**Лист визирования оценочных материалов (оценочных средств)
на очередной учебный год**

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх» проанализированы и признаны актуальными для использования на 2020- 2021 учебный год.

Протокол заседания кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» от «22» 04 2024 г. № 9

И.о. заведующий кафедрой «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины»

_____ А.А. Морозова

« ____ » _____ 20__ г.

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх» проанализированы и признаны актуальными для использования на 20_ - 20_ учебный год.

Протокол заседания кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» от «__» _____ 20_г. № _____

И.о. заведующий кафедрой «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины»

_____ А.А. Морозова

« ____ » _____ 20__ г.

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх» проанализированы и признаны актуальными для использования на 20_ - 20_ учебный год.

Протокол заседания кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» от «__» _____ 20_г. № _____

И.о. заведующий кафедрой «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины»

_____ А.А. Морозова

« ____ » _____ 20__ г.

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх» проанализированы и признаны актуальными для использования на 20_ - 20_ учебный год.

Протокол заседания кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» от «__» _____ 20_г. № _____

И.о. заведующий кафедрой «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины»

_____ А.А. Морозова

« ____ » _____ 20__ г.

Содержание

1 Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)	С 3
1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (модулем), с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП	3
1.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования	9
1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, описание шкал оценивания	11
2 Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	13

1 Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)

Оценочные материалы (оценочные средства) прилагаются к рабочей программе дисциплины и представляет собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.) и методов их использования, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимся установленных результатов обучения.

Оценочные материалы (оценочные средства) используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной, с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

ПК-2: Способен к осуществлению педагогической деятельности по проектированию и реализации основных образовательных программ

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения (табл. 1).

2 Таблица 1 Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины

Код компетенции	Уровень освоения	Дескрипторы компетенции (результаты обучения, показатели достижения результата обучения, которые обучающийся может продемонстрировать)	Вид учебных занятий, работы ¹ , формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенции ²	Контролируемые разделы и темы дисциплины ³	Оценочные материалы (оценочные средства), используемые для оценки уровня сформированности компетенции	Критерии и оценивания компетенций ⁴
УК-7	Знать	Знает роль физической культуры в жизни человека и общества, научно-практические основы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	лек	1.1-1.6 2.1-2.6	Контрольное тестирование	Ответы на вопросы ;
	Уметь	Умеет применять на практике средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, использовать физические упражнения для профилактики профессиональных заболеваний				
	Владеть	Владеет навыками использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности				
ПК-2	Знать	Знает основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена, методика преподавания предмета)	лек	1.1-1.6 2.1-2.6	Контрольное тестирование	Ответы на вопросы ;

¹ Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа

² Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма, решение творческих задач, работа в группах, проектные методы обучения, ролевые игры, тренинги, анализ ситуаций и имитационных моделей и др.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств

³ Указать номера тем в соответствии с рабочей программой дисциплины

⁴ Необходимо выбрать критерии оценивания компетенции: посещаемость занятий; подготовка к практическим занятиям; подготовка к лабораторным занятиям; ответы на вопросы преподавателя в рамках занятия; подготовка докладов, эссе, рефератов; умение отвечать на вопросы по теме лабораторных работ, познавательная активность на занятиях, качество подготовки рефератов и презентацией по разделам дисциплины, контрольные работы, экзамены, умение делать выводы и др.

УК-2						
	Уметь	Умеет проектировать образовательные программы на основе федерального государственного образовательного стандарта дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования с учетом особенностей социальной ситуации развития				
	Владеть	Владеет навыками планирования и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде				
	Знать	Знает необходимые для осуществления профессиональной деятельности правовые нормы и методологические основы принятия управленческого решения	лек	1.1-1.6 2.1-2.6	Контрольное тестирование	Ответы на вопросы ;
	Уметь	Умеет определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений				
	Владеть	Владеет методиками определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений				

2.1 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся.

По дисциплине «Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх» предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины); промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Текущий контроль в семестре проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающихся. Текущий контроль служит для оценки объёма и уровня усвоения обучающимся учебного материала одного или нескольких разделов дисциплины (модуля) в соответствии с её рабочей программой и определяется результатами текущего контроля знаний обучающихся.

Текущий контроль осуществляется два раза в семестр по календарному графику учебного процесса.

Текущий контроль предполагает начисление баллов за выполнение различных видов работ. Результаты текущего контроля подводятся по шкале балльно-рейтинговой системы. Регламент балльно-рейтинговой системы определен Положением о системе «Контроль успеваемости и рейтинг обучающихся».

Текущий контроль является результатом оценки знаний, умений, навыков и приобретенных компетенций обучающихся по всему объёму учебной дисциплины, изученному в семестре, в котором стоит форма контроля в соответствии с учебным планом.

Текущий контроль успеваемости предусматривает оценивание хода освоения дисциплины: теоретических основ и практической части.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх» проводится в форме Зачета с оценкой. В табл. 2 приведено весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий.

Таблица 2 Весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий

Текущий контроль (50 баллов ⁵)		Промежуточ ная аттестация	Итоговое количество баллов по
Блок 1	Блок 2		

⁵ Вид занятий по дисциплине (лекционные, практические, лабораторные) определяется учебным планом. Количество столбцов таблицы корректируется в зависимости от видов занятий, предусмотренных учебным планом.

Распределение баллов по блокам, по каждому виду занятий в рамках дисциплины определяет преподаватель. Распределение баллов по дисциплине утверждается протоколом заседания кафедры. По заочной форме обучения мероприятия текущего контроля не предусмотрены.

						(50 баллов)	результатам текущего контроля и промежуточ ной аттестации
Лекцион ные занятия (X ₁)	Практи ческие заняти я (Y ₁)	Лаборат орные занятия (Z ₁)	Лекцион ные занятия (X ₂)	Практич еские занятия (Y ₂)	Лаборат орные занятия (Z ₂)	от 0 до 50 баллов	Менее 41 балла – не зачтено; Более 41 балла – зачтено
20	-	-	30	-	-		
Сумма баллов за 1 блок = 20			Сумма баллов за 2 блок = 30				

Для определения фактических оценок каждого показателя выставляются следующие баллы (табл.3):

Таблица 3– Распределение баллов по дисциплине

Вид учебных работ по дисциплине	Количество баллов	
	1 блок	2 блок
<i>Текущий контроль (50 баллов)</i>		
Выполнение практических работ в виде проведения исследования, оформления отчета	15	25
Защита практических работ в форме собеседования по контрольным вопросам	5	5
<i>Промежуточная аттестация (50 баллов)</i>		
Зачет с оценкой по дисциплине педагогическое совершенствование спортивных игр»проводится в виде сдачи контрольных нормативов		«Физкультурно-в
Сумма баллов по дисциплине 100 баллов		

Зачет с оценкой является формой оценки качества освоения обучающимся образовательной программы по дисциплине. По результатам Зачета с оценкой обучающемусявыставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

Оценка «зачтено» выставляется на Экзамене обучающимся, если:

- обучающийся набрал по текущему контролю необходимые и достаточные баллы для выставления оценки автоматом;
- обучающийся знает и воспроизводит основные положения дисциплины в соответствии с заданием, применяет их для выполнения типового задания в котором очевиден способ решения;
- обучающийся продемонстрировал базовые знания, умения и навыки важнейших разделов программы и содержания лекционного курса;
- у обучающегося не имеется затруднений в использовании научно-понятийного аппарата в терминологии курса, а если затруднения имеются, то они незначительные;
- на дополнительные вопросы преподавателя обучающийся дал правильные или частично правильные ответы;

Компетенция (и) или ее часть (и) сформированы на базовом уровне (уровень 1) (см. табл. 1).

Оценка «не зачтено» ставится на Экзамене обучающийся, если:

- обучающийся имеет представление о содержании дисциплины, но не знает основные положения (темы, раздела, закона и т.д.), к которому относится задание, не способен выполнить задание с очевидным решением, не владеет навыками выполнения задания практической работы, не ориентируется в практической ситуации;
- имеются существенные пробелы в знании основного материала по программе курса;
- в процессе ответа по теоретическому и практическому материалу, содержащемуся в вопросах Экзаменного билета, допущены принципиальные ошибки при изложении материала;
- имеются систематические пропуски обучающийся лекционных и лабораторных занятий по неуважительным причинам;
- во время текущего контроля обучающийся набрал недостаточные для допуска к экзамену (Экзамену) баллы;
- вовремя не подготовил отчет по практическим работам, предусмотренным РПД. Компетенция(и) или ее часть (и) не сформированы.

1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Практическая работа в форме отчета, защита отчета по контрольным вопросам к практической работе в форме собеседования.

Практическая работа – это один из основных видов работы обучающихся и важный этап их профессиональной подготовки. Основными целями практической работы являются: расширение и углубление знаний обучающихся, выработка умений и навыков самостоятельно выполнять эксперименты, выработка приемов и навыков в анализе теоретического и практического материала, использования известных закономерностей и статистической обработке экспериментального материала, его аналитического и графического представления, а также обучение логично, правильно, ясно, последовательно и кратко излагать свои мысли в письменном виде. Обучающийся, со своей стороны, при выполнении практической работы должен показать умение работать с литературой, давать сравнительный анализ известных экспериментальных данных по теме практической работы, обрабатывать массив экспериментальных данных и, главное, – правильно интерпретировать полученные результаты.

Студентам в процессе оформления отчета практической работы необходимо выполнить ряд требований:

1. Отчеты по практическим работам оформляются в стандартной тетради (12-18 листов).
2. Текст должен быть написан грамотно от руки. Все поля по 2 см.
3. На первом листе отчета должны быть указаны: номер работы, название, цель. Далее приводится краткий теоретический материал по теме (термины, понятия, физические законы), этапы выполнения работы, расчетные формулы.
3. Таблицы с исходной информацией должны иметь концевые (в конце отчета в виде отдельного списка) ссылки на источники информации, откуда эта информация получена. Все таблицы должны быть пронумерованы и иметь названия;
4. Все части работы необходимо озаглавить, страницы – пронумеровать (нумерация отдельная по каждой практической работе);
5. Полученные данные представляются в виде таблиц и/или графического материала, обрабатываются с помощью статистических методов. После обработки результаты представляются в виде графиков зависимости $Y(X)$ с указанием погрешности, проводится их анализ и описание. Работа обязательно должна иметь выводы, сформулированные по результатам.
6. Работа должна заканчиваться списком использованных источников в соответствии с порядком упоминания в тексте с указанием: для книг автора, названия

литературного источника, города, издательства, года издания, количества страниц; для журнальных статей: авторы, название, журнал, год издания, том, номер, страницы.

7. Практической работой предусмотрены краткие ответы на контрольные вопросы в письменном виде после отчета о выполнении работы, которые могут быть по решению преподавателя использованы в ходе собеседования.

2 Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

2.1 Задания для оценивания результатов обучения в виде знаний

Контрольные нормативы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Тесты по дисциплине «Общая физическая подготовка»

1. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный
 - А. на формирование правильной осанки;
 - Б. на гармоничное развитие человека;
 - В. на всестороннее и гармоничное физическое развитие

2. Основными признаками физического развития являются
 - А. антропометрические показатели;
 - Б. социальные особенности человека;
 - В. особенности интенсивности работы

3. Какое из перечисленных определений не относится к основным физическим (двигательным) качествам человека?
 - А. сила;
 - Б. быстрота;
 - В. стройность;
 - Г. выносливость;
 - Д. ловкость;
 - Е. гибкость

4. Оценивают уровень ОФП по следующим показателям:
 - А. быстрота, выносливость, силовая подготовленность;
 - Б. быстрота, ловкость, гибкость;
 - В. сила, быстрота, стройность

5. Выносливость – это
 - А. способность совершать двигательное действие в минимальный отрезок времени;
 - Б. способность преодолевать внешнее сопротивление;
 - В. способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности

6. Быстрота – это

- А. способность совершать двигательное действие в минимальный отрезок времени;
- Б. способность преодолевать внешнее сопротивление;
- В. способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности

7. Гибкость - это

- А. способность преодолевать внешнее сопротивление;
- Б. способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности;
- В. способность выполнять движение с большой амплитудой

8. Сила – это

- А. способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в возможно короткое время;
- Б. способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий;
- В. способность поднимать тяжелые предметы

9. Под физическим качеством «ловкость» понимают

- А. способность точно дозировать величину мышечных усилий;
- Б. способность быстро овладевать новыми движениями и перестраивать двигательную деятельность;
- В. освоить действие и сохранить равновесие

10. Средства развития быстроты

- А. многократно повторяемые с максимальной скоростью упражнения;
- Б. бег на короткие дистанции;
- В. подвижные игры

11. Бег на длинные дистанции развивает

- А. ловкость;
- Б. быстроту;
- В. выносливость

12. Какое двигательное действие следует выбрать при оценке уровня силовых возможностей?

- А. прыжки со скакалкой;
- Б. подтягивание в висе;
- В. длительный бег до 25-30 мин.

13. При помощи каких физических упражнений наиболее эффективно формируется физическое качество ловкость?

- А. посредством спортивных и подвижных игр;
- Б. посредством длительной равномерной работы средней интенсивности;
- В. посредством упражнений высокой интенсивности

14. Выносливость человека не зависит от

- А. прочности звеньев опорно-двигательного аппарата;

- Б.силы мышц;
- В.возможностей систем дыхания и кровообращения

15. Какой вид спорта обеспечивает наибольший прирост в силе?

- А.бокс;
- Б. керлинг;
- В. тяжелая атлетика

16. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект развития гибкости

- А.бокс;
- Б. гимнастика;
- В. армрестлинг

17. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект развития скоростных способностей

- А.спринтерский бег;
- Б. стайерский бег;
- В. тяжелая атлетика

18. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются А.общеразвивающими;

- Б.собственно-силовыми;
- В.скоростно-силовыми

19. Какой вид спорта наиболее эффективно развивает гибкость и координацию движений?

- А. фехтование;
- Б. баскетбол;
- В.художественная гимнастика

20. Какое влияние оказывают физические упражнения на развитие телосложения человека?

- А. укрепляют здоровье;
- Б.повышают работоспособность;
- В. формируют мускулатуру.

Шкала оценивания

Критерии и шкала оценок			
ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке	ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но излагает материал неполно и	ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.	ставится, если студент: полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои

определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал	допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.		суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры; излагает материал последовательно и правильно, с соблюдением исторической и хронологической последовательности
до 60%	61-75 %	71-85 %	86-100 %
неуд	удовлетворительно	хорошо	отлично

Структура оценочных материалов (оценочных средств), позволяющих оценить уровень компетенций, сформированный у обучающихся при изучении дисциплины «Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх» приведен в таблице 4.

Таблица 4 - Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине
«Физкультурно-педагогическое совершенствование в спортивных играх»

Компетенция	Знать	Оценочные средства		Уметь	Оценочные средства		Владеть	Оценочные средства	
		текущий контроль	промежуточный контроль		текущий контроль	промежуточный контроль		текущий контроль	промежуточный контроль
УК-7	Знает роль физической культуры в жизни человека и общества, научно-практические основы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			Умеет применять на практике средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, использовать физические упражнения для профилактики профессиональных заболеваний			Владеет навыками использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности		

ПК-2	Знает основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена, методика преподавания предмета)			Умеет проектировать образовательные программы на основе федерального государственного образовательного стандарта дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования с учетом особенностей социальной ситуации развития			Владеет навыками планирования и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде		
------	--	--	--	---	--	--	---	--	--

УК-2	Знает необходимые для осуществления профессиональной деятельности правовые нормы и методологические основы принятия управленческого решения			Умеет определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений			Владеет методиками определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений		
------	---	--	--	---	--	--	---	--	--

Примечание

* берется из РПД

** сдача лабораторных работ, защита курсового проекта, РГР и т.д.

Карта тестовых заданий

Компетенция ПК2. Способен конструировать блоки, узлы и детали информационно-измерительных систем

Индикатор ПК-2.3 Разрабатывает технологические процессы производства приборов и комплексов широкого назначения

Дисциплина: физкультурно-педагогические совершенствования в спортивных играх

Описание теста:

1. Тест состоит из 70 заданий, которые проверяют уровень освоения компетенций обучающегося. При тестировании каждому обучающемуся предлагается 30 тестовых заданий по 15 открытого и закрытого типов разных уровней сложности.

2. За правильный ответ тестового задания обучающийся получает 1 условный балл, за неправильный ответ – 0 баллов. По окончании тестирования, система автоматически определяет «заработанный итоговый балл» по тесту, согласно критериям оценки

2 Максимальная общая сумма баллов за все правильные ответы составляет – 100 баллов.

4. Тест успешно пройден, если обучающийся правильно ответил на 70% тестовых заданий (61 балл).

5. На прохождение тестирования, включая организационный момент, обучающимся отводится не более 45 минут. На каждое тестовое задание в среднем по 1,5 минуты.

6. Обучающемуся предоставляется одна попытка для прохождения компьютерного тестирования.

Кодификатором теста по дисциплине является раздел рабочей программы «4. Структура и содержание дисциплины (модуля)»

Комплект тестовых заданий

Задания открытого типа

Задания альтернативного выбора

*Выберите **один** правильный ответ*

Простые (1 уровень)

1. Упорядоченная система действий, выполнение которых приводит к гарантированному достижению педагогических целей преподавателя, называется:

а) воздействием

б) убеждением в)

внушением

2. Приращение к достигнутому уровню образованности и воспитанности человека в процессе обучения и самосовершенствования:

а) определение способностей

б) развитие

в) методы контроля знаний

3. Особая форма активности, направленная на совершенствование себя как субъекта обучения:

а) планирование учебной работы

б) структура практической деятельности

в) учебная деятельность

4. Методическое мастерство преподавателя — важная составляющая педагогического мастерства, оно проявляется в умениях:

а) применить на занятиях наиболее эффективные методы преподавания б)

сочетать учебный процесс с воспитательным

в) оба варианта верны

г) нет верного ответа

5. Деятельность, в которой учитель выступает как субъект совместной работы с учащимися в целях создания условий для их духовно-нравственного и физического развития на благо общества и самого обучаемого:

- а) направленность обучения б) практическое обучение
- в) воспитательная деятельность учителя**

6. Основные свойства восприятия — предметность, целостность, константность, категориальность, так ли это:

- а) нет
- б) да**
- в) отчасти

Средне –сложные (2 уровень)

7. Методическое мастерство преподавателя — важная составляющая педагогического мастерства, оно проявляется в умениях:

- а) вести учет и контроль успеваемости
- б) использовать технические средства обучения
- в) оба варианта верны**
- г) нет верного ответа

8. Техника освоения упражнения включает выполнение:

- а) главного звена упражнения и деталей**
- б) второстепенных движений
- в) только главного звена упражнения

9. Временное изменение в психике, происходящее под влиянием внешних или внутренних причин, которое может быть выражено динамикой психической деятельности: утомлением, эмоциональным напряжением, называется психическим(ой, и):

- а) свойствами личности
- б) напряженностью
- в) состоянием**

10. К специфическим методам физической культуры относится:

- а) метод беседы
- б) соревновательный метод**
- в) оба варианта верны г) нет верного ответа

11. Одна из важнейших дисциплин обучения и воспитания, реализация которой в учебном процессе предполагает: всестороннее развитие личности, укрепление здоровья, овладение знаниями основ физической культуры и здорового образа жизни:

- а) физическая культура**
- б) искусствоведение
- в) риторика

12. К специфическим методам физической культуры относятся:

- а) использование упражнений в игровой форме**

- б) методы строго регламентированного упражнения
- в) оба варианта верны**
- г) нет верного ответа

13. Обеспечение высокого уровня умственного и физического развития студентов, формирование социально значимых качеств личности:

- а) цель физкультурного образования**
- б) методика овладения профессией
- в) физическое развитие

14. В спортивной команде детско-юношеских спортивных школ выделяют физиологическую, психологическую и социальную:

- а) специализацию
- б) однородность
- в) совместимость**

15. Направление в теории и практике образования, ориентированное на развитие физических, познавательных и нравственных способностей обучающихся путем использования их потенциальных возможностей:

- а) развивающее обучение**
- б) физические способности
- в) нравственное воспитание

16. Общетеоретическая, практическая, прогностическая:

- а) структурные компоненты обучения
- б) основные функции педагогики**
- в) основные представления о науке

17. Метод воспитательного воздействия на обучающегося, предоставляющий ему право и возможность самостоятельно и осознанно выбирать способ самовыражения, называется:

- а) общением
- б) внушением
- в) убеждением**

18. Министерство образования РФ, Агентство по физической культуре и спорту РФ, Олимпийский комитет России:

- а) уровни управления образованием
- б) государственный уровень управления физической культурой и спортом**
- в) региональный уровень управления физической культурой и спортом

19. Индивидуальные психологические особенности, которые отличают людей друг от друга: темперамент, характер, способности, потребности и мотивы, называются психическим(ой, и):

- а) процессами
- б) напряженностью
- в) свойствами личности**

20. Совокупность социальных и экономических требований развития учащихся в процессе обучения с учетом их запросов, духовных и природных возможностей:

- а) основная задача общения**

б) цель педагогической деятельности

в) основа командной работы

21. **Обмен сигналами в животном и растительном мире; одно из основных понятий кибернетики, основными критериями которого являются: энергия, движение, масса, пространство и время:**

а) информация

б) информативность

в) информационность

22. **Память — образ ранее воспринятого предмета или явления (представление памяти, воспоминание), а также образ, созданный продуктивным воображением, так ли это:**

а) да

б) нет

в) лишь отчасти

Сложные (3 уровень)

23. **Эффективное взаимодействие между обучающим тренером и учащимся, как в процессе тренировок, так и во время соревнований:**

а) профессионализм обучения

б) уровень воспитанности обучающихся

в) основа командной работы

24. **. К основным формам организации учебного процесса по физической культуре относятся:**

а) индивидуальные

б) тренировочные

в) обще-подготовительные

25. **. К основным формам организации учебного процесса по физической культуре относятся:**

а) оздоровительно-психологические

б) оздоровительно-гигиенические

в) учебно-тренировочные

Задания на установление соответствия

Установите соответствие между левым и правым столбцами.

Простые (1 уровень)

(1В, 2А,3Б)

1.Бег гладкий .

длительный

заклучительный

2.Бег а) тренировочный бег,критерием

3.Бег которого является не скорость

б) Бег, выполняемый в конце тренировочного занятия

в) Бег по стадиону без препятствий или барьеров, а так же по шоссе

26 Установите соответствие:

(1Б, 2В,3А)

- 1.Быстрота отталкивания
- 2.Быстрота поворота.
- 3.Быстрота разбега

а) скорость выполнения разбега в различных прыжках или метаниях; во многом определяет скорость последующих элементах техники отталкивание в прыжках и финального усилия броска в метаниях.
б) скорость выполнения отталкивания в беге, ходьбе и др. локомоциях, параметр, определяющий скорость передвижений, высоту и дальность прыжка.
в) скорость выполнения поворотов метания диска или молота, обеспечивающая снаряду в дальнейшем необходимую скорость вылета

27 Установите соответствие:

Средне-сложные (2 уровень)

(1А, 2В,3Б)

- 1.Астеник
- 2.Гиперстеник
- 3.Нормостеник

а) человек со слабой мускулатурой, ему трудно наращивать силу и объем мышц.
б) человек атлетического сложения с хорошо выраженной мускулатурой. в) человек, имеющий мощный костяк и, как правило, рыхлую мускулатуру

28 Установите соответствие:

(1Б, 2В,3А)

- 1.Физическая нагрузка
- 2.стандартная нагрузка
- 3.интенсивная нагрузка

а) напряженность работы и степень ее концентрации во времени
б) определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся
в) характеризуется тем, что в процессе упражнения сохраняется постоянная интенсивность мышечной работы, т.е. постоянная величина внешней стороны нагрузки

29 Установите соответствие:

(1В, 2А,3Б)

- 1.Принцип наглядности

а) означает требование оптимального

30 Установите соответствие:

2. принцип доступности
3. Принцип систематичности

соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся
 б) заключается в непрерывности процесс и оптимальном чередовании нагрузки и отдыха
 в) широкое понятие, предусматривающее наглядную активизацию функций всех органов чувств, благодаря которым достигается непосредственный контакт с действительностью (зрительные двигательные, зрительно-моторные, тактильные и другие ощущения и восприятия)

(1А, 2В,3Б)

- 1.Кумуляция
- 2.гетерохронность
- 3.активность

- 31 Установите соответствие:
- а) накопление, суммирование эффектов о тренировочных занятий
 - б) мера или величина проявляемой человеком деятельности, степень включения его в работ в) неодновременность, разновременность развит способностей

(1В,2А,3Б)

- 1.Перенос навыка
- 2.положительное усвоение навыка
- 3.отрицательное усвоение навыков

- 32 Установите соответствие:
- а) происходит, когда предшествующее упражнение близко по свое биомеханической структур или является вариантом изучаемого движения
 - б) возникает в случаях, ког предшествующий навык мешает освоению нового двигательного действия (т навык прыжка в длину мешает усвоению прыжка в высоту с разбега)
 - в) одни двигательные навыки могут оказывать влияние на усвоение други навыков
 - г)

(1Б, 2В,3А

33 Установите соответствие:

1. преодолевающий режим работы мышц
2. уступающий режим работы мышц
3. ауксотонический режим работы мышц

- а) работа мышц, характеризующаяся изменением и длины и напряжения мышц
- б) (миометрический) работ мышц при уменьшении ее длины (жим штанги, лежа на горизонтальной скамейк средним или широким хватом)
- в) (плиометрический) рабо мышц при их удлинении (приседание со штангой на плечах или груди)

(1А, 2Г,3В,4Б)

1. Взрывная сила
2. Абсолютная
3. относительная сила
4. импульс силы

34 Установите соответствие:

- а) способность человека достигать максимальных показателей силы за короткий промежуток времени
- б) величина действия сил тяги мышц на звенья тела за данный промежуток времени
- в) отношение абсолютной силы, но в расчете на 1кг веса собственного тела
- г) определяется максимальными показателями мышечных напряжений без учета массы тела человека

Сложные (3 уровень)

(1Б, 2Г,3В,4А)

1. активная гибкость
2. пассивная гибкость
3. динамическая или кинетическая гибкость
4. статическая гибкость

35 Установите соответствие:

- а) кость, проявленная в упражнениях статического характера
- б) способность достигать больших амплитуд движения в каком-либо суставе только за счет активности мышечных групп, проходящих через этот сустав, при помощи только мышечного усилия
- в) возможность выполнять динамическое движение в

суставе по полной амплитуде, это гибкость, проявленная в упражнениях динамического характера

г) определяется наивысшей амплитудой, которой можно достичь за счет внешних сил, способность принять растянутое положение и поддерживать его при помощи собственного веса, удержания руками, с помощью партнера или оборудования

Задания открытого типа Задания на дополнение

Напишите пропущенное слово.

Простые (1 уровень)

36. Состояние полного физического, душевного, социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков называется_____ (**здоровье**)

37. Способность овладения разнообразными двигательными действиями называется_____ (**координация**)

38. Комплекс определенных психических и двигательных способностей, обеспечивающих выполнение либо двигательной задачи правильно, точно, быстро, рационально, экономно и находчиво называется_____ (**ловкость**)

39. Сохранение равновесия тела путем изменения положения его отдельных звеньев называется_____ (**балансировка**)

40. Способность совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени называется_____ (**быстрота**)

41. Способность к выполнению какой-либо деятельности без снижения ее эффективности. Выделяют общую выносливость, силового и скоростного характера называется_____ (**выносливость**)

42. Нарушение суточного биоритма, приводящие к ухудшению сна, работоспособности и других негативных последствий для организма называется_____ (**Десинхроз**)

Средне-сложные (2 уровень)

43. Запрещенный фармакологический препарат или процедура, используемая с целью стимуляции физической и психической работоспособности для достижения

высоких результатов называется _____ (**допинг**)

44. Комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием целебных сил природы – солнца, воздуха и воды называется _____ (**закаливание**)

45. Победитель античных олимпийских игр называют _____ (**олимпионик**)

46. Привычная поза человека в положении стоя, сидя и во время ходьбы _____ (**осанка**)

47. Сознательная деятельность человека, направленная на умение своей личности (её качества, способностей, сил и т.п.)

называется _____ (**самовоспитание**)

48. Способность следить за намеченной программой действий и контролировать её в соответствии с поставленными задачами и достижениями

называется _____ (**самоконтроль**)

49. Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных усилий называется _____ (**сила**)

50. Акцентированное овладение элементами какой-либо спортивной дисциплины называется _____ (**специализация**)

51. Исторически сложившаяся деятельность человека, базирующаяся на соревнованиях, выявляющая победителей и определяющая спортивные достижения называется _____ (**спорт**)

52. Воздействие на организм человека внешнего фактора, нарушающего строение и целостность ткани и нормальное течение физиологических процессов

называется _____ (**травма**)

53. Состояние организма, возникающее под влиянием той или иной работы и характеризующиеся временным снижением работоспособности

называется _____ (**утомление**)

54. Судья на античных Олимпийских играх называется _____ (**элладоник**)

55. Активный процесс приспособления человека к труду и жизни в новых непривычных условиях климата называется _____ (**акклиматизация**)

56. Метод исследования физического развития человека, имеющий большое значение во врачебном контроле называется _____ (**антропометрия**)

57. Постепенное повышение работоспособности организма в начальном периоде двигательной деятельности называется _____ (**вработываемость**)

58. Неуклонное соблюдение в спортивном коллективе правил и норм поведения его членов, т. е. подчинение своих действий, поступков установленным правилам и

требованиям долга называется _____ (**дисциплинированность**)

59. Определение порядка выступления участников или команд в спортивном соревновании называется _____ (**жеребьевка**)

60. Способность органов, отдельных клеток или тканей к ритмической деятельности без внешних воздействий называется _____ (**автоматизм**)

61. Точное, ёмкое словесное объяснение задания, техники изучаемых действий или тренировочных упражнений, правил их выполнения и т. д.

называется _____ (**инструктирование**)

62. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и др. умениям и навыкам, а также на их дальнейшее совершенствование называется _____ (**методика**)

63. Накопление (кумуляция) утомления в результате неправильного режима труда и отдыха, не обеспечивающего необходимого восстановления сил и проявляющееся в снижении работоспособности и продуктивности труда, появлении раздражительности, головных болях, расстройстве сна и др. называется _____ (**переутомление**)

64. Изменения, обусловленные прекращением или уменьшением объёма регулярных физических занятий называется _____ (**детренированность**)

65. Форма и структура тела называется _____ (**морфология**)

66. Изменения в организме, возникающие при резком несоответствии нагрузки (в основном физической) функциональным возможностям организма называется _____ (**перенапряжение**)

Сложные (3 уровень)

67. Нарушение функционального состояния и работоспособности организма, возникающее, как правило, у спортсмена, находящегося в спортивной форме называется _____ (**перетренированность**)

68. Физическая, функциональная, тактическая, психологическая и техническая оснащённость спортсмена в данный момент называется _____ (**подготовленность**)

69. Варьирование тренировочных стимулов в разные периоды времени с целью предотвращения перетренированности называется _____ (**периодизация**)

70. Толчкообразные колебания стенки кровеносных сосудов, вызываемые движением крови, выбрасываемой в сосуды левым желудочком сердца при его сокращении (систоле)

называется _____ (**пульс**)

Карта учета тестовых заданий (вариант 1)

Компетенция	ПК2. Способен конструировать блоки, узлы и детали информационно-измерительных систем			
Индикатор	ПК-2.3 Разрабатывает технологические процессы производства приборов и комплексов широкого назначения			
Дисциплина	физкультурно-педагогические совершенствования в спортивных играх"			
Уровень освоения	Тестовые задания			Итого
	Закрытого типа		Открытого типа	
	Альтернативный выбор	Установление соответствия/последовательности	На дополнение	
1.1.1 (20%)	5	2	7	14
1.1.2 (70%)	17	7	24	48
1.1.3 (10%)	3	1	4	8
Итого:	25 шт.	10 шт.	35 шт.	70 шт.

Карта учета тестовых заданий (вариант 2)

Компетенция	ПК2. Способен конструировать блоки, узлы и детали информационно-измерительных систем		
Индикатор	ПК-2.3 Разрабатывает технологические процессы производства приборов и комплексов широкого назначения		
Дисциплина	физкультурно-педагогические совершенствования в спортивных играх"		
Уровень освоения	Тестовые задания		
	Закрытого типа		Открытого типа
	Альтернативного выбора	Установление соответствия/Установление последовательности	На дополнение
1.1.1	1. Упорядоченная система действий, выполнение которых приводит к гарантированному достижению педагогических целей преподавателя,	26 Установите соответствие: 1. Бег гладкий . 2. Бег длительный 3. Бег заключительный а) тренировочный бег, критерием которого является не скорость б) Бег, выполняемый в конце тренировочного	36. Состояние полного физического, душевного, социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков называется_____

	называется: а) воздействием б) убеждением в) внушением . Приращение к достигнутому уровню образованности и воспитанности человека в процессе обучения и самосовершенствования: а) определение способностей б) развитие в) методы контроля знаний . Особая форма активности, направленная на совершенствование себя как субъекта обучения: а) планирование учебной работы б) структура практической деятельности в) учебная деятельность . Методическое мастерство преподавателя — важная составляющая педагогического мастерства, оно проявляется в умениях: а) применить на занятиях наиболее эффективные методы преподавания б) сочетать учебный процесс с воспитательным в) оба варианта верны г) нет верного ответа	занятия в) Бег по стадиону без препятствий или барьеров, а так же по шоссе 27 Установите соответствие: 1.Быстрота отталкивания 2.Быстрота поворота. 3.Быстрота разбега а) скорость выполнения разбега в различных прыжках или метаниях; во многом определяет скорость последующих элементах техники_отталкивание в прыжках и финального усилия броска в метаниях. б) скорость выполнения отталкивания в беге, ходьбе и др. локомациях, параметр, определяющий скорость передвижений, высоту и дальность прыжка. в) скорость выполнения поворота в метании диска или молота, обеспечивающая снаряду в дальнейшем необходимую скорость вылета.	Способность овладения разнообразными двигательными действиями называется _____ . Комплекс определенных психических и двигательных способностей, обеспечивающих выполнение либо двигательной задачи правильно, точно, быстро, рационально, экономно и находчиво называется _____ 39. Сохранение равновесия тела путем изменения положения его отдельных звеньев называется _____ 40. Способность совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени называется _____ 41. Способность к выполнению какой-либо деятельности без снижения ее эффективности.
--	---	---	--

	5. Деятельность, в которой учитель выступает как субъект совместной работы с учащимися в целях создания условий для их духовно-нравственного и физического развития на благо общества и самого обучаемого: а) направленность обучения б) практическое обучение в) воспитательная деятельность учителя 6. Основные свойства восприятия — предметность, целостность, константность, категориальность, так ли это: а) нет б) да в) отчасти		Выделяют общую выносливость, силового и скоростного характера называется_____ 42.Нарушение суточного биоритма, приводящие к ухудшению сна, работоспособности и других негативных последствий для организма называется_____
--	---	--	--

1.1.2	Методическое мастерство преподавателя — важная составляющая педагогического мастерства, оно проявляется в умениях: а) вести учет и контроль успеваемости б) использовать технические средства обучения в) оба варианта верны г) нет верного ответа Техника освоения упражнения включает выполнение: а) главного звена упражнения и деталей б) второстепенных движений в) только главного звена упражнения Временное изменение в психике, происходящее под влиянием внешних или внутренних причин, которое может быть выражено динамикой психической деятельности: утомлением, эмоциональным напряжением, называется психическим(ой, и): а) свойствами личности б) напряженностью в) состоянием 10. К	28 Установите соответствие: 1. Астеник 2. Гиперстеник 3. Нормостеник а) человек со слабой мускулатурой, ему трудно наращивать силу и объем мышц. б) человек атлетического сложения с хорошо выраженной мускулатурой. в) человек, имеющий мощный костяк и, как правило, рыхлую мускулатуру 29 Установите соответствие: 1. Физическая нагрузка 2. стандартная нагрузка 3. интенсивная нагрузка а) напряженность работы и степень ее концентрации во времени б) определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся в) характеризуется тем, что в процессе упражнения сохраняется постоянная интенсивность мышечной работы, т.е. постоянная величина внешней стороны нагрузки 30 Установите соответствие: 1. Принцип наглядности 2. принцип доступности 3. Принцип систематичности	Запрещенный фармакологический препарат или процедура, используемая с целью стимуляции физической и психической работоспособности для достижения высоких результатов называется _____ Комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием целебных сил природы – солнца, воздуха и воды называется _____ Победитель античных олимпийских игр называют _____ Привычная поза человека в положении стоя, сидя и во время ходьбы _____ 47. Сознательная деятельность человека, направленная на умение своей личности(её качества, способностей, сил и т.п.) называется _____ Способность следить за намеченной
-------	--	--	--

	специфическим методам физической культуры относятся: а) метод беседы б) соревновательный метод в) оба варианта верны г) нет верного ответа Одна из важнейших дисциплин обучения и воспитания, реализация которой в учебном процессе предполагает: всестороннее развитие личности, укрепление здоровья, овладение знаниями основ физической культуры и здорового образа жизни: а) физическая культура б) искусствоведение в) риторика 12. К специфическим методам физической культуры относятся: а) использование упражнений в игровой форме б) методы строго регламентированного упражнения в) оба варианта верны г) нет верного ответа Обеспечение высокого уровня	а) означает требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся б) заключается в непрерывности процесса и оптимальном чередовании нагрузки и отдыха в) широкое понятие, предусматривающее наглядную активизацию функций всех органов чувств, благодаря которым достигается непосредственный контакт с действительностью (зрительные двигательные, зрительно-моторные, тактильные и другие ощущения и восприятия) 31 Установите соответствие: 1.Кумуляция 2.гетерохронность 3.активность а) накопление, суммирование эффектов от тренировочных занятий б) мера или величина проявляемой человеком деятельности, степень включения его в работ	программой действий и контролировать её в соответствии с поставленными задачами и достижениями называется_____ 49. Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных усилий называется_____ 50. Акцентированное овладение элементами какой-либо спортивной дисциплины называется_____ Исторически сложившаяся деятельность человека, базирующаяся на соревнованиях, выявляющая победителей и определяющая спортивные достижения называется_____ Воздействие на организм человека внешнего фактора, нарушающего строение и целостность ткани и нормальное течение физиологических
--	---	---	--

умственного и физического развития студентов, формирование социально значимых качеств личности: а) цель физкультурного образования б) методика овладения профессией в) физическое развитие В спортивной команде детско-юношеских спортивных школ выделяют физиологическую, психологическую и социальную: а) специализацию б) однородность в) совместимость Направление в теории и практике образования, ориентированное на развитие физических, познавательных и нравственных способностей обучающихся путем использования их потенциальных возможностей: а) развивающее обучение б) физические способности в) нравственное воспитание Общетеоретическая, практическая, прогностическая: а) структурные компоненты обучения	в) неодновременность, разновременность развитие способностей 32 Установите соответствие : 1.Перенос навыка 2.положительное усвоение навыка 3.отрицательное усвоение навыков а) происходит, когда предшествующее упражнение близко по своей биомеханической структуре или является вариантом изучаемого движения б) возникает в случаях, когда предшествующий навык мешает освоению нового двигательного действия (так навык прыжка в длину мешает усвоению прыжка в высоту с разбега) в) одни двигательные навыки могут оказывать влияние на усвоение других навыков 33 Установите соответствие: 1.преодолевающий режим работы мышц 2.уступающий режим работы мышц 3.ауксотонический режим работы мышц а) работа мышц, характеризующаяся изменением и длинны и напряжения мышц	процессов называется_____ Состояние организма, возникающее под влиянием той или иной работы и характеризующиеся временным снижением работоспособности называется_____ Судья на античных Олимпийских играх называется_____ Активный процесс приспособления человека к труду и жизни в новых непривычных условиях климата называется _____ Метод исследования физического развития человека, имеющий большое значение во врачебном контроле называется_____ Постепенное повышение работоспособности организма в начальном периоде двигательной деятельности называется_____ 58. Неуклонное соблюдение в спортивном
---	---	---

	б) основные функции педагогики в) основные представления о науке 17. Метод воспитательного воздействия на обучающегося, предоставляющий ему право и возможность самостоятельно и осознанно выбирать способ самовыражения, называется: а) общением б) внушением в) убеждением 18. Министерство образования РФ, Агентство по физической культуре и спорту РФ, Олимпийский комитет России: а) уровни управления образованием б) государственный уровень управления физической культурой и спортом в) региональный уровень управления физической культурой и спортом 19. Индивидуальные психологические особенности, которые отличают людей друг от друга: темперамент, характер, способности, потребности и мотивы, называются	б) (миометрический) работа мышц при уменьшении ее длины (жим штанги, лежа на горизонтальной скамейке средним или широким хватом) в) (плиометрический) работа мышц при их удлинении (приседание со штангой на плечах или груди) 34 Установите соответствие: 1.Взрывная сила 2.Абсолютная 3.относительная сила 4.импульс силы а)способность человека достигать максимальных показателей силы за короткий промежуток времени б) величина действия силы тяги мышц на звенья тела за данный промежуток времени в) отношение абсолютной силы, но в расчете на 1кг веса собственного тела г) определяется максимальными показателями мышечных напряжений без учета массы тела человека	коллективе правил и норм поведения его членов, т. е. подчинение своих действий, поступков установленным правилам и требованиям долга называется_____ 59.Определение порядка выступления участников или команд в спортивном соревновании называется_____ Способность органов, отдельных клеток или тканей к ритмической деятельности без внешних воздействий называется_____ 61. Точное, ёмкое словесное объяснение задания, техники изучаемых действий или тренировочных упражнений, правил их выполнения и т. д. называется_____ 62. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и др. умениям и навыкам, а также на их дальнейшее совершенствование называется_____
--	---	--	--

	психическим(ой, и): а) процессами б) напряженностью в) свойствами личности . Совокупность социальных и экономических требований развития учащихся в процессе обучения с учетом их запросов, духовных и природных возможностей: а) основная задача общения б) цель педагогической деятельности в) основа командной работы Обмен сигналами в животном и растительном мире; одно из основных понятий кибернетики, основными критериями которого являются: энергия, движение, масса, пространство и время: а) информация б) информативность в) информационность . Память — образ ранее воспринятого предмета или явления (представление памяти, воспоминание), а также образ, созданный продуктивным воображением, так ли это:		. Накопление (кумуляция) утомления в результате неправильного режима труда и отдыха, не обеспечивающего необходимого восстановления сил и проявляющееся в снижении работоспособности и продуктивности труда, появлении раздражительности, головных болях, расстройстве сна и др. называется_____ . Изменения, обусловленные прекращением или уменьшением объёма регулярных физических занятий называется_____ . Форма и структура тела называется_____ 66. Изменения в организме, возникающие при резком несоответствии нагрузки (в основном физической) функциональным возможностям организма называется _____
--	--	--	---

	а) да б) нет в) лишь отчасти		
--	--	--	--

1.1.3	23. Эффективное взаимодействие между обучающим тренером и учащимся, как в процессе тренировок, так и во время соревнований: а) профессионализм обучения б) уровень воспитанности обучающихся в) основа командной работы К основным формам организации учебного процесса по физической культуре относятся: а) индивидуальные б) тренировочные в) обще-подготовительные К основным формам организации учебного процесса по физической культуре относятся: а) оздоровительно-психологические б) оздоровительно-гигиенические в) учебно-тренировочные	35 Установите соответствие: 1.активная гибкость 2.пассивная гибкость 3.динамическая или кинетическая гибкость 4.статическая гибкость а) кость, проявленная в упражнениях статического характера б) способность достигать больших амплитуд движения в каком-либо суставе только за счет активности мышечных групп, проходящих через этот сустав, при помощи только мышечного усилия в) возможность выполнять динамическое движение в суставе по полной амплитуде, это гибкость, проявленная в упражнениях динамического характера г) определяется наивысшей амплитудой, которой можно достичь за счет внешних сил, способность принять растянутое положение и поддерживать его при помощи собственного веса, удержания руками, с помощью партнера или оборудования	67. Нарушение функционального состояния и работоспособности организма, возникающее, как правило, у спортсмена, находящегося в спортивной форме называется_____ . Физическая, функциональная, тактическая, психологическая и техническая оснащенность спортсмена в данный момент называется_____ 69. Варьирование тренировочных стимулов в разные периоды времени с целью предотвращения перетренированности называется_____ . Толчкообразные колебания стенки кровеносных сосудов, вызываемые движением крови, выбрасываемой в сосуды левым желудочком сердца при его сокращении (систоле) называется_____
-------	--	--	--

Итого:	25 шт	10 шт.	35 шт.
--------	-------	--------	--------

Критерии оценивания

Критерии оценивания тестовых заданий

Критерии оценивания: правильное выполнение одного тестового задания оценивается 1 баллом, неправильное – 0 баллов.

Максимальная общая сумма баллов за все правильные ответы составляет наивысший балл – 100 баллов.

Шкала оценивания результатов компьютерного тестирования обучающихся
(рекомендуемая)

Оценка	Процент верных ответов	Баллы
«удовлетворительно»	70-79%	61-75 баллов
«хорошо»	80-90%	76-90 баллов
«отлично»	91-100%	91-100 баллов

Ключи ответов

№ тестовых заданий	Номер и вариант правильного ответа
1	А) воздействие
2	Б) развитие
3	В) учебная деятельность
4	В) оба варианта верны
5	В) воспитательная деятельность учителя
6	Б) да
7	В) оба варианта верны
8	А) главного звена упражнения

36	здоровье
37	координация
38	ловкость
39	балансировка
40	быстрота
41	выносливость
42	десинхроз
43	допинг
44	закаливание

	ний и деталей
9	В)со- тоян ие м
10	Б)соревн овательн ый метод
11	А)физиче ская культура
12	В)оба варианта равны
13	А)цель физкульт урного образова ния
14	В)совмес тимости
15	А)развив ающее обучение
16	Б)основн ые функции педагоги ки
17	В)убежд ением
18	Б)госуда рственн ый уровень управле ния физичес кой культур ой и спортом
19	В)свойст вами личности
20	Б)цель педагоги

45	олимпионик
46	осанка
47	самовоспитание
48	самоконтроль
49	сила
50	специализация
51	спорт
52	травма
53	утомление
54	элладоник
55	акклиматизация
56	антропометрия

	ческой деятельн ости
21	А)инфор мация
22	Б)нет
23	В)основа командн ой работы
24	В)обще- подготов ительные
25	Б)оздoro вительно - гигиенич ески
26	1В,2А,3Б
27	1Б,2В,3А
28	1А,2В,3Б
29	1Б,2В,3А
30	1В,2А,3Б
31	1А,2В,3Б
32	1В,2А,3Б
33	1Б,2В,3А
34	1А,2Г,3В, 4Б
35	1Б,2Г,3В, 4Г

57	врабатываемость
58	дисциплинированность
59	жеребьевка
60	автоматизм
61	инструктирование
62	методика
63	переутомление
64	детренированность
65	морфология
66	перенапряжение
67	перетренированность
68	подготовленность
69	переодизация
70	пульс

Демоверсия

Комплект тестовых заданий

Компетенция ПК2. Способен конструировать блоки, узлы и детали информационно-измерительных систем

Индикатор ПК-2.3 Разрабатывает технологические процессы производства приборов и комплексов широкого назначения

Дисциплина:"физкультурно-педагогические совершенствования в спортивных играх"

Демоверсия

Комплект тестовых заданий

Компетенция ПК2. Способен конструировать блоки, узлы и детали информационно-измерительных систем

Индикатор ПК-2.3 Разрабатывает технологические процессы производства приборов и комплексов широкого назначения

Дисциплина: физкультурно-педагогические совершенствования в спортивных играх "

Задания альтернативного выбора *Выберите один*

правильный ответ **Простые (1 уровень)**

1. Упорядоченная система действий, выполнение которых приводит к гарантированному достижению педагогических целей преподавателя, называется:

а) воздействием

б) убеждением в)

внушением

2. Приращение к достигнутому уровню образованности и воспитанности человека в процессе обучения и самосовершенствования:

а) определение способностей

б) развитие

в) методы контроля знаний

Средне –сложные (2 уровень)

3. . Методическое мастерство преподавателя — важная составляющая педагогического мастерства, оно проявляется в умениях:

а) вести учет и контроль успеваемости

б) использовать технические средства обучения

в) оба варианта верны

г) нет верного ответа

4. Техника освоения упражнения включает выполнение: а) главного звена упражнения и деталей

б) второстепенных движений

в) только главного звена упражнения

5. Временное изменение в психике, происходящее под влиянием внешних или внутренних причин, которое может быть выражено динамикой психической деятельности: утомлением, эмоциональным напряжением, называется

психическим(ой, и):

а) свойствами личности б)

напряженностью

в) состоянием

6. К специфическим методам физической культуры относится:

а) метод беседы

б) соревновательный метод

в) оба варианта верны г) нет

верного ответа

7. Одна из важнейших дисциплин обучения и воспитания, реализация которой

в учебном процессе предполагает: всестороннее развитие личности, укрепление здоровья, овладение знаниями основ физической культуры и здорового образа жизни:

а) физическая культура

б) искусствоведение в)

риторика

8. К специфическим методам физической культуры относятся:

а) использование упражнений в игровой форме

б) методы строго регламентированного упражнения

в) оба варианта верны

г) нет верного ответа

9. Обеспечение высокого уровня умственного и физического развития студентов, формирование социально значимых качеств личности:

а) цель физкультурного образования

б) методика овладения профессией в)

физическое развитие

Сложные (3 уровень)

10. К основным формам организации учебного процесса по физической культуре относятся:

а) оздоровительно-психологические б)
оздоровительно-гигиенические в) учебно-
тренировочные

Задания на установление соответствия.

Установите соответствие между левым и правым столбцами.

Простые (1 уровень)

11 Установите соответствие:

(1В,2А,3Б)

1. Бег гладкий .

2. Бег длительный

3. Бег заключительный

а) тренировочный бег, критерием которого является не скорость

б) Бег, выполняемый в конце тренировочного занятия

в) Бег по стадиону без препятствий или барьеров, а так же по шоссе

Средне-сложные (2 уровень)

12 Установите соответствие:

(1А, 2В,3Б)

1. Астеник

2. Гиперстеник

а) человек со слабой мускулатурой, ему трудно наращивать силу и объем

3.Нормостеник

мышц.

б) человек атлетического сложения с хорошо выраженной мускулатурой. в) человек, имеющий мощный костяк и, как правило, рыхлую мускулатуру

(1Б, 2В,3А)

- 1.Физическая нагрузка
- 2.стандартная нагрузка
- 3.интенсивная нагрузка

- а) напряженность работы и степень ее концентрации во времени
б) определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся
в) характеризуется тем, что в процессе упражнения сохраняется постоянная интенсивность мышечной работы, т.е. постоянная величины внешней стороны нагрузки

13. Установите соответствие:

(1В, 2А,3Б)

- 1.Принцип наглядности
- 2.принцип доступности
- 3.Принцип систематичности

- а) означает требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся
б) заключается в непрерывности процесс и оптимальном чередовании нагрузки и отдыха
в) широкое понятие, предусматривающее наглядную активизацию функций всех органов чувств, благодаря которым достигается непосредственный контакт с действительностью (зрительные двигательные, зрительно-моторные, тактильные и другие ощущения и восприятия)

14. Установите соответствие:

Сложные (3 уровень)

15. Установите соответствие:

2Г,3В,4А)

- 1.активная гибкость
- 2.пассивная гибкость
- 3.динамическая или кинетическая гибкость
- 4.статическая гибкость

- а) кость, проявленная в упражнениях статического характера

(1Б,

б) способность достигать больших амплитуд движения в каком-либо суставе только за счет активности мышечных групп, проходящих через этот сустав, при помощи только мышечного усилия

в) возможность выполнять динамическое движение в суставе по полной амплитуде, это гибкость, проявленная в упражнениях динамического характера

г) определяется наивысшей амплитудой, которой можно достичь за счет внешних сил, способность принять растянутое положение и поддерживать его при помощи собственного веса, удержания руками, с помощью партнера или оборудования

Задания открытого типа Задания на

дополнение

Напишите пропущенное слово.

Простые (1 уровень)

16. Состояние полного физического, душевного, социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков называется_____ (**здоровье**)

17. Способность овладения разнообразными двигательными действиями называется_____ (**координация**)

18. Комплекс определенных психических и двигательных способностей, обеспечивающих выполнение либо двигательной задачи правильно, точно, быстро, рационально, экономно и находчиво называется_____ (**ловкость**)

Средне-сложный(2-й уровень)

19. Сохранение равновесия тела путем изменения положения его отдельных звеньев называется_____ (**балансировка**)

20. Способность совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени называется_____ (**быстрота**)

21. Способность к выполнению какой-либо деятельности без снижения ее эффективности. Выделяют общую выносливость, силового и скоростного характера

называется_____ (**выносливость**)

22. Нарушение суточного биоритма, приводящие к ухудшению сна, работоспособности и других негативных последствий для организма называется_____ (**Десинхроз**)

23. Запрещенный фармакологический препарат или процедура, используемая с целью стимуляции физической и психической работоспособности для достижения высоких результатов называется_____ (**допинг**)

24. Комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм с использованием целебных сил природы – солнца, воздуха и воды называется_____ (**закаливание**)

25. Победитель античных олимпийских игр называют_____ (**олимпионик**)

26. Привычная поза человека в положении стоя, сидя и во время ходьбы_____ (**осанка**)

27. Сознательная деятельность человека, направленная на умение своей личности(её качества, способностей, сил и т.п.) называется_____ (**самовоспитание**)

28. Способность следить за намеченной программой действий и контролировать её в соответствии с поставленными задачами и достижениями называется_____ (**самоконтроль**)

Сложные (3 уровень)

49. Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных усилий называется_____ (**сила**)

50. Акцентированное овладение элементами какой-либо спортивной дисциплины называется_____ (**специализация**)

Ключи ответов

№ тестовых заданий	Номер и вариант правильного ответа
1	А)воздействие
2	Б)развитие
3	В)оба варианта равны
4	А)главного звена упражнений и

16	здоровье
17	координация
18	ловкость
19	балансировка
20	быстрота

	деталей
5	В)состоянием
6	Б)соревновательный метод
7	А)физическая культура
8	В)оба варианта равны
9	А)цель физкультурного образования
10	Б)оздоровительно-гигиенические
11	1В,2А,3Б
12	1А,2В,3Б
13	1Б,2В,3А
14	1В,2А,3Б
15	1Б,2Г,3В,4А

21	выносливость
22	десинхроз
23	допинг
24	закаливание
25	олимпионик
26	осанка
27	самовоспитание
28	самоконтроль
29	сила
30	специализация