Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 09.09.2024 11:53:41
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»
Кафедра теоретических основ и методики физического воспитания

Утверждаю
Проректор по учебно-методической
работе и качеству образования
_____ Н.Н. Кислова

Герасимова Наталья Александровна

# ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Теоретико-методические основы физического воспитания»

Направление подготовки
44.04.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль): "Образование в области физической культуры"

Квалификация выпускника
Магистр

Рассмотрено
Протокол № 1 от 25.06.2024
Заседания кафедры теоретических основ и методики физического воспитания

Одобрено
Начальник Управления образовательных программ
_____ Н.А. Доманина

Самара 2024

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Теоретико-методические основы физического воспитания» разработан в соответствии Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – магистратура по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование. Утвержден приказом Министерства образование и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 126; основной профессиональной образовательной программой по направлению подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль): «Образование в области физической культуры», с учетом требований профессионального стандарта: 01.001 Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержденный приказом Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 декабря 2013 г., регистрационный № 30550), с изменениями, внесенными приказами Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 25 декабря 2014 г. № 1115н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 19 февраля 2015 г., регистрационный № 36091) и от 5 августа 2016 г. № 422н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 августа 2016 г., регистрационный № 43326); Профессиональный стандарт 01.003 Педагог дополнительного образования детей и взрослых приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации №652-н от 22.09.2021 г. (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021г., регистрационный №66403).

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности компетенции ОПК-3

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения результатов обучения по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям:

ОПК-3 Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.

Демонстрирует знание основ применения образовательных технологий необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся

Умеет организовывать образовательный процесс с учётом современных требований к процессу физического воспитания

Владеет способами проектирования образовательных программ, моделирования процесса по физическому воспитанию обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями

Требование к процедуре оценки: представлены шкалы оценивания для каждого задания

Помещение: помещение с проекционным оборудованием/лаборатория

Оборудование: проектор, ноутбук

Расходные материалы: бумага А4

Доступ к дополнительным справочным материалам: карточки физических упражнений, выполняемых с использованием метода круговой тренировки

Нормы времени: 90 минут

Проверяемая компетенция:

ОПК-3 Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.1. Знает принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; модели проектирования совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями

Проверяемый результат обучения:

Демонстрирует знание основ применения образовательных технологий необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся

Тип (форма) задания: тестирование

Пример типовых заданий (оценочные материалы): тесты, определяющие знания теоретических основ физической культуры, общепедагогических и специфических принципы физического воспитания, методики и технологии обучения для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию.

1. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:

а) физической культурой;
б) физической подготовкой;
в) физическим воспитанием;
г) физическим образованием.

2 Результатом физической подготовки является:

а) физическое развитие индивидуума;
б) физическое воспитание;
в) физическая подготовленность;
г) физическое совершенство.

3. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид профессии, спорта и др.), предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям человека, называется:

а) спортивной тренировкой;
б) специальной физической подготовкой;

в) физическим совершенством;
г) профессионально-прикладной физической подготовкой.

4. Укажите, какое понятие (термин) подчеркивает прикладную направленность физического воспитания к трудовой или иной деятельности:
а) физическая подготовка;
б) физическое совершенство;
в) физическая культура;
г) физическое состояние.

5. К показателям, характеризующим физическое развитие человека, относятся:
а) показатели телосложения, здоровья и развития физических качеств;
б) показатели уровня физической подготовленности и спортивных результатов;
в) уровень и качество сформированных жизненно важных двигательных умений и навыков;
г) уровень и качество сформированных спортивных двигательных умений и навыков.

6. Укажите, что послужило основой (источником) возникновения физического воспитания в обществе:
а) результаты научных исследований;
б) прогрессивные идеи о содержании и путях воспитания гармонически развитой личности;
в) осознанное понимание людьми явления упражняемости (повторяемости действий), важности, так называемой предварительной подготовки человека к жизни и установление связи между ними;
г) желание заниматься физическими упражнениями.

7. На современном этапе развития общества основными критериями физического совершенства служат:
а) показатели телосложения;
б) показатели здоровья;
в) уровень и качество сформированных двигательных умений и навыков;
г) нормативы и требования государственных программ по физическому воспитанию в сочетании с нормативами единой спортивной классификации.

8. Исторически обусловленный тип социальной практики физического воспитания, включающий мировоззренческие, теоретико-методические и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни, называется:
а) валеологией;
б) системой физического воспитания;
в) физической культурой;
г) спортом.

9. Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту. Эти программы содержат:
а) разрядные нормативы и требования по видам спорта;
б) методики занятий физическими упражнениями;
в) общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания;
г) научно обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень конкретных норм и требований.

10. Совокупность методологических и организационно-методических установок, определяющих подбор, компоновку и порядок использования воспитательного инструментария, называется:
а) воспитанием;
б) техникой воспитания;
в) технологией воспитательной деятельности;
г) воспитательными приемами.

11. Определенные способы педагогического воздействия на занимающихся физической культурой и спортом или взаимодействия с ними в целях формирования и развития у них качеств, необходимых для успешного выполнения социальных ролей и достижения личностно значимых целей, называются:
а) средствами воспитания;
б) приемами воспитания;
в) правилами воспитания;
г) методами воспитания.

12. Совокупность приемов, операций и других действий педагога по физической культуре и спорту по использованию воспитательного инструментария в профессиональной деятельности характеризует:
а) стратегию воспитания;
б) технику воспитания;
в) тактику воспитания;
г) методы воспитания

13. Из перечисленных пунктов: 1) нестабильность, 2) слитность, 3) неустойчивость, 4) автоматизированность, 5) излишние мышечные затраты, 6) экономичность – укажите те, которые являются характерными (отличительными) признаками *двигательного умения?*
а) 2, 4;
б) 1, 3, 5;
в) 1, 2, 3, 4, 5, 6;
г) 1, 2, 6.

14. Обучение двигательному действию начинается с:
а) создания общего первоначального представления (смыслового и зрительного) о двигательном действии и

способе его выполнения;
б) непосредственного разучивания техники двигательного действия по частям;
в) непосредственного разучивания техники двигательного действия в целом;
г) разучивания общеподготовительных упражнений.
15. В процессе воспитания при убеждении «делом» наиболее часто используются следующие приемы:
а) показ школьнику ценности и значимости его действий и поступков; личный пример преподавателя (тренера);
б) разъяснение, доказательство;
в) сравнение, сопоставление;
г) моральное и материальное стимулирование.
16. Основным специфическим средством физического воспитания являются:
а) физические упражнения;
б) оздоровительные силы природы;
в) гигиенические факторы;
г) тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанга, резиновые амортизаторы, эспандеры.
17. Физические упражнения - это:
а) такие двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков;
б) виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;
в) такие двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям;
г) виды двигательных действий, направленные на изменение форм телосложения и развитие физических качеств.
18. Под техникой физических упражнений понимают:
а) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большой эффективностью;
б) способы выполнения двигательного действия, оставляющие эстетически благоприятное впечатление;
в) определенную упорядоченность и согласованность, как процессов, так и элементов содержания данного упражнения;
г) видимую форму, которая характеризуется соотношением Пространственных, временных и динамических (силовых) параметров движения.
19. Ритм как комплексная характеристика техники физических упражнений отражает:
а) закономерный порядок распределения усилий во времени и пространстве, последовательность и меру их изменения (нарастание и уменьшение) в динамике действия;
б) частоту движений в единицу времени;
в) взаимодействие внутренних и внешних сил в процесс е движения
г) точность двигательного действия и его конечный результат.
20. Эффект физических упражнений определяется прежде всего:
а) их формой;
б) их содержанием;
в) темпом движения;
г) длительностью их выполнения.
21. Под методами физического воспитания понимаются:
а) основные положения, определяющие содержание, организационные формы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями;
б) те руководящие положения, которые раскрывают отдельные стороны применения того или иного принципа обучения;
в) конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать, выполнять двигательные действия;
г) способы применения физических упражнений.
22. К специфическим методам физического воспитания относятся:
а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и
методы наглядного воздействия;
б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
в) методы срочной информации;
г) практический метод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.
23. Какой из нижеперечисленных методов представляет собой последовательное выполнение специально подобранных упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы?
а) метод сопряженного воздействия;
б) игровой метод;
в) метод переменно-непрерывного упражнения;
г) круговой метод (метод круговой тренировки).
24. Методы строго регламентированного упражнения подразделяются на:
а) методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
б) методы общей и специальной физической подготовки;
в) игровой и соревновательный методы;
г) специфические и общепедагогические методы.
25. Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что:
а) каждое упражнение направлено одновременно на совершенствование техники движения и на развитие физических способностей;

б) они являются связующим звеном между запроектированной целью и конечным результатом физического воспитания;
в) они определяют строгую организацию занятий физическими упражнениями;
г) каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой.

26. Главным для определения нагрузки при выполнении физических упражнений является:
а) напряжение определенных мышечных групп;
б) величина воздействия физических упражнений на организм занимающихся;
в) чувство усталости
г) небольшое покраснение кожи, бодрая походка, спокойная мимика;

27. Величина физической нагрузки дозируется:
а) регулированием объема и интенсивности выполнения физических упражнений
б) регулированием степени утомления, возникающего в результате выполнения физических упражнений;
в) регулированием состояния самочувствия при выполнении физических упражнений;
г) регулированием интервалов отдыха при выполнении физических упражнений.

28. Максимальное напряжение мышц достигается при работе мышц в:
а) преодолевающем режиме,
б) удерживающем режиме,
в) уступающем режиме,
г) статическом режиме

29. Если после выполнения упражнения величина ЧСС восстанавливается до исходного уровня за 120 секунд, то это свидетельствует, что физическая нагрузка во время выполнения упражнения:
а) мала и ее следует увеличить;
б) переносится организмом относительно легко, и ее можно повторить;
в) достаточно большая, но ее можно повторить, увеличив время отдыха;
г) чрезмерная и ее надо уменьшить.

30. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:
а) время выполнения двигательного действия;
б) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС);
в) продолжительность сна;
г) коэффициент выносливости.

Оценочный лист к типовому заданию:

| Индикатор достижения | Результаты обучения | Критерии оценки | Шкалы оценки образовательных результатов (в баллах) | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Частично достигнуты | Достигнуты в полном объеме |
| ОПК-3.1. Знает принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; модели проектирования совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями | Демонстрирует знание основ применения образовательных технологий необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся | 20-25 правильных ответов<br><br>26-30 правильных ответов | 3 | 5 |

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.2. Умеет проектировать и применять оптимальные формы и технологии организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями

Проверяемый результат обучения:

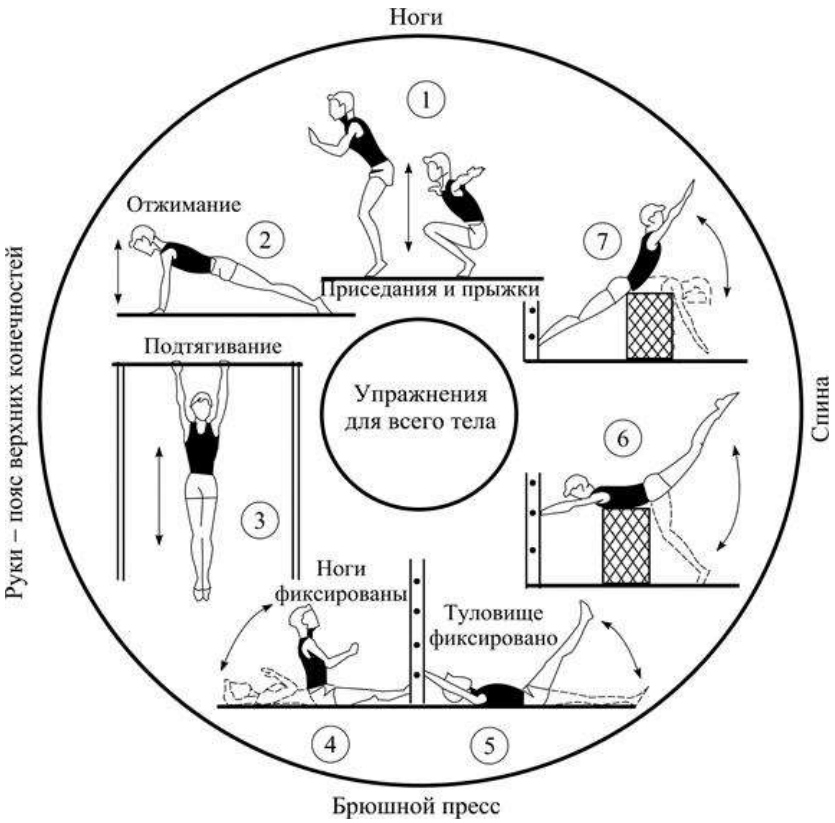
Умеет организовывать образовательный процесс с учётом современных требований к процессу физического воспитания

Пример типовых заданий (оценочные материалы): Составить круговую тренировку с использованием упражнений с собственным весом

План выполнения:

1. Описать физические упражнения для каждой станции.
2. Указать физическую нагрузку (количество повторений, интервал отдыха между упражнениями) с учетом пола занимающихся.
3. Указать методические указания для эффективного выполнения физических упражнений.

| Физическое упражнение | Физическая нагрузка (дозировка) | | Методические указания | |
|---|---|---|---|---|
| | Юноши | Девушки | Юноши | Девушки |
| | | | | |




Оценочный лист к типовому заданию:

| Индикатор достижения | Результаты обучения | Критерии оценки | Шкалы оценки образовательных результатов (в баллах) | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Частично достигнуты | Достигнуты в полном объеме |
| ОПК-3.2. Умеет проектировать и применять оптимальные формы и технологии организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями | Умеет организовывать образовательный процесс с учётом современных требований к процессу физического воспитания | Описаны упражнения, указана физическая нагрузка с учетом пола, соблюдена последовательность выполнения упражнений | 3 | 5 |

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.3. Владеет навыками осуществления деятельности по проектированию организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями

Проверяемый результат обучения:

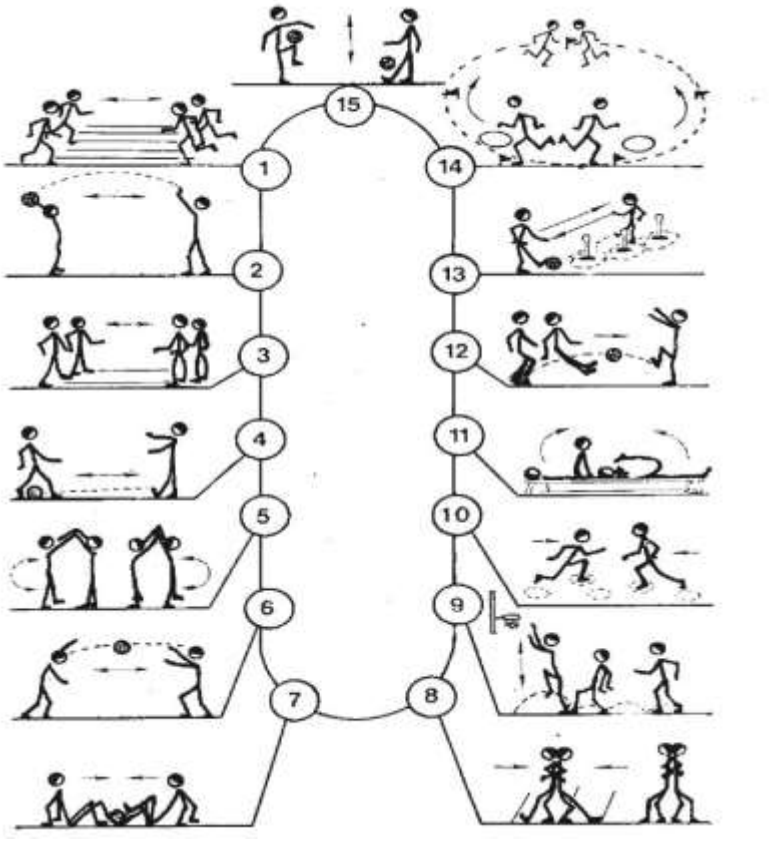
Владеет способами проектирования образовательных программ, моделирования процесса по физическому воспитанию обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями

Пример типовых заданий (оценочные материалы): Составить конспект для проведения занятия во внеурочное время.

План выполнения:

1. Подобрать игровые упражнения для подготовительной части занятия.
2. Подобрать игровые упражнения для основной части занятия.
3. Составить эстафеты для заключительной части занятия.
4. Определить последовательность выполнения упражнений, количество повторений, способы выполнения.
5. Указать методические рекомендации

| Часть занятия | Физическое упражнение | Количество выполнений | Способы выполнения | Методические рекомендации |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |




Оценочный лист к типовому заданию:

| Индикатор достижения | Результаты обучения | Критерии оценки | Шкалы оценки образовательных результатов (в баллах) | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Частично достигнуты | Достигнуты в полном объеме |
| ОПК-3.3. Владеет навыками осуществления деятельности по проектированию организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями | Владеет способами проектирования образовательных программ, моделирования процесса по физическому воспитанию обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями | Подобраны упражнения, определена последовательность выполнения, указана физическая нагрузка. Смоделировано выполнение упражнений с учетом пола и уровня физической подготовленности. Прописаны методические рекомендации | 3 | 5 |

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

1. Для оценки сформированности индикатора ОПК-3.1. необходимо выполнить тесы, которые включают в себя 30 вопросов. Данное задание позволяет оценить сформированности знаний по дисциплине «Теоретико-методические основы физического воспитания». Обучающийся получает тесты, на которые необходимо выбрать один из предложенных ответов. Он должен продемонстрировать знания теории физического воспитания, методики физического воспитания, основных средств физического воспитания, компонентов физической нагрузки, приемы регулирования физической нагрузки, структуру построения занятий физическими упражнениями. 20- 25 правильных ответов (3 балла); 26-30 правильных ответов (5 баллов). Время выполнения 45 минут.

2. Для оценки сформированности индикатора ОПК-3.2. необходимо составить упражнения с собственном весом, данные упражнения могут выполняться на уроках физической культуры по гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр и т.д. Обучающемуся предлагается карточка с физическими упражнениями, которые выполняются с использованием метода круговой тренировки. Нужно составить физическую нагрузку с учетом возраста и пола занимающихся. Расписать методические указания, которые необходимо соблюдать при выполнении физических упражнений. Время выполнения 90 минут. Максимальное количество баллов за выполнение работы составляет - 5 баллов.

3. Для оценки сформированности компетенции ОПК-3.3 нужно составить конспект занятий по физической культуре во внеурочное время. Занятия по форме проведения относятся к неурочному типу. Обучающемуся предлагается карточка с физическими упражнениями, их необходимо распределить в определенной последовательности, определить время выполнения каждого упражнения, место расположения в спортивном зале или на спортивной площадке. Составить методические рекомендации для каждого физического упражнения с указанием способов выполнения. Время выполнения 90 минут. Максимальное