Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 16.06.2025 15:48:14
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

Левченко Александр Васильевич

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Рекреационные формы физической культуры во внеурочной деятельности»

Направление подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль): «Физическая культура»

Квалификация выпускника
Бакалавр

Рассмотрено
Протокол № 10 от 27.05.2025
Заседания кафедры теоретических основ и методики физического воспитания

Одобрено
Начальник Управления образовательных программ
_____ Н.А. Доманина

Самара 2025

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Рекреационные формы физической культуры во внеурочной деятельности» разработан в соответствии с ФГОС ВО (бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Утвержден приказом Министерства образование и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 121, основной профессиональной образовательной программой по направлению подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль): «Физическая культура», с учетом требований профессиональных стандартов: Профессиональный стандарт "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)", утвержденный приказом Министерства 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 Министерства 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 "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021г., регистрационный № 66403).

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности компетенции ПК-1.

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

ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету.

Индикатор компетенции:

ПК-1.1. Умеет реализовывать образовательную программу по предмету с учетом специфики содержания методов и инструментов соответствующей области научного знания.

Образовательные результаты:

Умеет применять средства и методы при реализации образовательной программы с использованием рекреационных форм физической культуры.

Индикатор компетенции:

ПК-1.2. Реализует образовательную программу по предмету с использованием технологий профессиональной деятельности

Образовательные результаты:

Умеет разрабатывать технологические карты внеурочных занятий с использованием рекреационных форм физической культуры

Требование к процедуре оценки:

Помещение: особых требований нет.

Оборудование: не требуется.

Инструменты: не требуется.

Расходные материалы: не требуется.

Доступ к дополнительным справочным материалам: нормативно-правовые акты сферы образования.

Нормы времени: 30 минут на подготовку устного ответа, 40 минут на выполнение практического задания, 15 минут – устный ответ.

Проверяемые компетенции:

ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету.

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ПК-1.1. Умеет реализовывать образовательную программу по предмету с учетом специфики содержания, методов и инструментов соответствующей области научного знания.

Проверяемые образовательные результаты:

Умеет применять средства и методы при реализации образовательной программы с использованием рекреационных форм физической культуры.

Тип (форма) задания: устный опрос.

1. Общая характеристика рекреационной физической культуры
2. Основные понятия рекреационной физической культуры
3. Становление организации физической рекреации как образовательный процесс
4. Теория и методика физической рекреации как учебная дисциплина
5. Основные понятия физической рекреации как учебная дисциплина
6. Требования к проведению физической рекреации
7. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности
8. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности
9. Психолого- педагогические условия организации досуговой и оздоровительной деятельности
10. Средства рекреационной деятельности
11. Формы занятий рекреационной деятельности
12. Рекреационные мероприятия
13. Организация и проведение мероприятий физической рекреации для обучающихся
14. Физическая рекреация для детей дошкольного возраста
15. Физическая рекреация для детей школьного возраста
16. Оказание первой помощи, методы защиты в чрезвычайных ситуациях
17. Основные способы и средства защиты в чрезвычайных ситуациях
18. Основы оказания первой помощи

Модельный ответ к типовому заданию

Общая характеристика рекреационной физической культуры

Физическая рекреация - вид физической культуры, которая представляет собой рекреативную деятельность: использование физических упражнений, а, также видов спорта в упрощенных формах для активного отдыха людей, получения удовольствия от этого процесса, развлечения, переключения с одного вида деятельности на другой, отвлечения от обычных видов трудовой, бытовой, спортивной, военной деятельности. Она составляет основное содержание массовых форм физической культуры.

Признание физических упражнений в качестве главных средств физической рекреации в научных исследованиях общепринято. Такое утверждение справедливо, но требует уточнения. Во-первых, большая часть физической рекреационной деятельности протекает в естественных условиях природной среды, где средовые причины также могут выступать в качестве её средств. Во-вторых, физическая рекреация может иметь и относительно пассивные формы. На спортивных мероприятиях зрители являются только их созерцателями, соучастниками и в прямом смысле не выполняют активной двигательной деятельности и физических упражнений. В данном случае сам факт спортивного соревнования может выступать в качестве средства физической рекреации, так как в нем находятся эмоциональные, оздоровительные, гедонистические и другие составляющие, дающие рекреационный эффект.

В самом общем смысле под физической рекреацией понимаются любые формы двигательной активности, направленные на восстановление сил, затраченных в процессе профессионального труда.

Физическая рекреация включает следующие аспекты двигательной деятельности:

1. Удовлетворение биологических потребностей в двигательной активности.
2. Потребность в развлечении, получении удовольствия, наслаждения.
3. Переключение с одного на другой вид деятельности.
4. Активизация деятельности организма с помощью движения.
5. Профилактика неблагоприятных воздействий на организм людей.
6. Восстановление сниженных или временно утраченных функций организма.

Признаками, составляющими основное содержание физической рекреации, являются:

- основными средствами служат физические упражнения;
- занятия проводятся в свободное, либо специально выделенное время;
- включает культурно-ценностные аспекты;
- содержит интеллектуальные, эмоциональные и физические составляющие;
- осуществляется на добровольных, самодеятельных началах;
- оказывает оптимизирующее влияние на организм человека;
- включает образовательно-воспитательные составляющие;
- носит в большей степени развлекательный (гедонистический) характер;
- характеризуется наличием определенных рекреационных услуг;
- осуществляется в большей степени в природных условиях;
- имеет определенную научно-методическую базу.

Согласно такому обилию признаков в физической рекреации выделяются различные её формы: рекреационная физическая культура, рекреативная физическая культура, рекреация спорта, рекреация туризма, оздоровительная физическая рекреация, физкультурно-производственная рекреация и др.

Из всех признаков рекреации главными, определяющими её сущность, принято считать следующие: осуществляется в свободное время, носит деятельный характер и построена на добровольной, самодеятельной основе. Это три важнейших признака рекреации, без них она теряет свое значение. Остальные же её признаки рассматриваются как производные, сопутствующие.

Основная мысль предлагаемой концепции заключается в рассмотрении физической рекреации как органической, имманентной части физической культуры, системообразующим фактором которой служит конечный результат - создание рационального физического состояния, обеспечивающего обычное функционирование человеческого организма. В данной концепции основной упор делается на биологическую сторону физической рекреации - воздействии на организм человека. Остальные же стороны: познавательная, культурологическая, коммуникативная, - рассматриваются как сопутствующие решению главной задачи

В научных исследованиях принято выделять следующие аспекты физической рекреации

1. Биологический: какое влияние физическая рекреация оказывает на оптимизацию состояния организма человека.
2. Социальный: в какой степени она способствует интеграции людей в некую социальную общность и как в процессе нее происходит обмен социальным опытом.
3. Психологический: какие мотивы лежат в основе рекреационной, деятельности и какие психические новообразования появляются у человека в итоге данной деятельности.
4. Образовательно-воспитательный: какое влияние физическая рекреация оказывает на формирование личности в её физическом, интеллектуальном, нравственном, творческом развитии.
5. Культурно-аксиологический: какие культурные ценности усваивает человек в процессе физической рекреационной деятельности и в какой мере она способствует созданию новейших личностных ценностей.
6. Экономический: как организуется физическая рекреация, какие средства употребляются, и кто её организует, любая игра, развлечение, использованные для восстановления физических и умственных сил;

Оценочный лист к типовому заданию (устный ответ)

Кол-во баллов	Критерии оценки
7,5 Высокий	Обучающийся показал систематизированное, глубокое знание программного материала по дисциплине, умеет свободно ориентироваться в вопросах по

уровень	рекреационной деятельности физической культуры во внеурочной деятельности. Ответ полный и правильный на основании изученного материала. Выдвинутые положения аргументированы и иллюстрированы примерами. Материал изложен в определенной логической последовательности, осознанно, литературным языком, с использованием научных терминов; ответ самостоятельный.
4,5 Продвинутый уровень	Обучающийся показал полное знание учебного материала, демонстрирует систематический характер знаний по дисциплине. Ответ полный и правильный, подтвержден примерами; но их обоснование не аргументировано, отсутствует собственная точка зрения. Материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены 2-3 несущественные погрешности, исправленные по рекомендации преподавателя. Обучающийся испытывает незначительные трудности в ответах на дополнительные вопросы. Материал изложен осознанно, самостоятельно, с использованием научных терминов, литературным языком.
1,5 Пороговый уровень	В ответе обучающегося обнаруживаются пробелы в знаниях основного учебного материала по дисциплине. Отмечается непонимание обучающимся основного содержания теоретического материала по рекреационной деятельности физической культуры во внеурочной деятельности. В ответе допущен ряд существенных ошибок, которые обучающийся не может исправить при наводящих вопросах преподавателя, затрудняется в ответах на вопросы. При ответе обучающийся подменяет научное обоснование педагогических проблем рассуждением бытового плана. Ответ носит поверхностный характер; наблюдаются ошибки в использовании научной терминологии.

Проверяемые компетенции:

ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмет:

ПК-1.2. Реализует образовательную программу по предмету с использованием технологий профессиональной деятельности.

Образовательные результаты:

Умеет разрабатывать технологические карты внеурочных занятий с использованием рекреационных форм физической культуры

Тип (форма) задания: практическое задание.

Пример типовых заданий (оценочные материалы)

Задание 1. Разработайте технологическую карту внеурочного занятия с использованием рекреационных форм физической культуры

Модельный ответ к типовому заданию

Технологическая карта внеурочного занятия

1. Общая часть		
Предмет	Физическая культура	Группа юношей
Тема занятия	Волейбол. Совершенствование техники элементов волейбола.	
Планируемый образовательные результаты		
Предметные	Метапредметные	Личностные
Научатся выполнять технические действия по волейболу и применять их в соревновательной деятельности, получат возможность расширить двигательный опыт, взаимодействовать с товарищами по правилам дозировки нагрузки.	Познавательные: овладеют умением самостоятельно определять цели обучения, оценивать правильность выполнения учебной задачи, определять недостатки и пути их устранения, владеть основами самоконтроля. Коммуникативные: организовывать сотрудничество с учителями и сверстниками, вести диалог, работать самостоятельно и в группе. Регулятивные: уметь технически правильно выполнять изучаемые приемы, сличать способ действия и его результат.	Заинтересованность в улучшении своих достижений, развитие физических качеств: ловкости, координации, скорости, соблюдать охрану труда при выполнении технических приёмов волейбола. Умение организовать самостоятельные занятия, представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья.
Цель занятия	Привлечение обучающихся к регулярным занятиям физической культурой, здоровому стилю жизни, популяризации волейбола, творческому усвоению учебного материала, гармоничному развитию личности.	
Основные понятия, изучаемые на занятии	Способы передачи и приема мяча, верхняя прямая подача, нападающий удар.	
Средства ИКТ, используемые на занятии	Интерактивная доска	

Ресурсы, используемые на занятии	Учебник. Бишаева А.А. «Организация и проведение соревнований по спортивным играм. Волейбол. Методические разработки: «Подвижные игры на занятиях по волейболу»	
Организационная структура занятия		
Этап 1. Вхождение в тему урока и создание условий для осознанного восприятия нового материала		
Деятельность этапа	Основная форма работы учителя и учащихся	Формируемые УУД
Организационный момент. Актуализация знаний	Учитель. Проверяет готовность обучающихся к занятиям, сообщает тему, цель, задачи занятия. Приветствие обучающихся. Создает эмоциональный настрой на работу. - Беседа: Какие технич. приемы волейбола вы знаете? - Какие ошибки надо учитывать при выполнении этих приемов? Обучающиеся показывают и объясняют совместно с учителем. - Назовите меры безопасности на занятиях волейболом? Обучающиеся совместными усилиями, дополняя друг друга, повторяют правила мер безопасности. После беседы учитель предлагает провести комплекс ОРУ в движении и специальные прыжковые упражнения. Разминка и прыжковые упражнения проводятся назначенными учителем обучающимися и под его контролем.	Личностные: Осознают необходимость в занятиях физической культурой и спортом, готовность к саморазвитию, активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками. Познавательные: Характеризовать явление и давать объективную оценку на основе освоенных знаний, распределять нагрузку и опыт в процессе её выполнения. Регулятивные: Самостоятельно контролировать способ действия и его результат с образцом, обнаружение отклонений от него, определять последовательность выполнения и продвижения к цели. Коммуникативные: умение интегрироваться в группу сверстников, умение слушать и вступать в диалог, строить взаимодействие.
Этап 2. Организация и самоорганизация учащихся в ходе усвоения материала. Организация обратной связи		
Деятельность этапа	Основная форма работы учителя и учащихся	Формируемые УУД
Осмысление, применение теоретических положений в условиях практического решения задач	Объяснение учителем и показ наиболее подготовленными обучающимися технических приемов: передача и прием мяча, верхней прямой подачи. При выполнении нападающего (прямого) удара обращаю внимание на базовые элементы- разбег, прыжок и замах, удар, приземление.	Познавательные: выделение необходимой информации, дать объективную оценку увиденного и способы их решения (исправление ошибок) Коммуникативные: умение слушать учителя, строить взаимодействия с товарищами на принципах взаимопомощи и взаимоуважения.
Этап 3. Практикум		
Деятельность этапа	Основная форма работы учителя и учащихся	Формируемые УУД
Совершенствование техники выполнения технических приемов	Демонстрация техники выполнения изучаемых приемов. Учитель проводит поэтапно. - Передача и прием мяча, - верхняя прямая подача, - нападающй удар. Учитель формулирует задание, обеспечивает мотивация выполнения, осуществляет индивидуальный контроль. Обучающиеся выполняют упражнения в парах, тройках с последующим чередованием. Упражнения сочетаются с приёмом подачи, учащиеся указывают на ошибки друг друга при выполнении техники подачи, нападающего удара, акцентируя внимание на базовые элементы приемов.	Познавательные: уметь найти наиболее эффективные способы решения поставленной задачи, исходя из условий, оценить правильность выполнения и результатов действия. Коммуникативные: умение слушать и общаться с партнером, учителем. Определить способы сотрудничества, оценивать действия партнёра и находить с ним общий язык. Регулятивные: умение оценивать качество и уровень усвоения.
Этап 4. Проверка полученных результатов		
Деятельность этапа	Основная форма работы учителя и учащихся	Формируемые УУД

Форма проверки полученных результатов, осуществление коррекции	Учитель делит группу на две команды и проводит учебную игру с ориентировкой на согласованность действий. Помогает корректировать и исправлять ошибки.	Познавательные: Рефлексия способов и условий действия, выполнения оценки результатов действия. Расширить свои знания по технике и тактике игры в волейбол, объективно оценивать результаты своего труда. Личностные: умение осуществлять связь между результатом обучения и мотивацией: ради чего она осуществляется. Регулятивные: умение самостоятельно оценить качество и уровень усвоения полученных знаний**.** Коммуникативные: умение приходить к общему решению в совместной деятельности, слушать и вступать в диалог.
Этап 5. Подведение итогов, домашнее задание		
Деятельность этапа	Рефлексия по достигнутым или недостигнутым образовательным результатом	Формируемые УУД
Подведение итогов. Рефлексия деятельности.	Построение. Учитель даёт общую оценку занятия. Вместе с обучающимися делает анализ выполненной работы, качества выполнения технических приемов. Обучающиеся выделяют лучших, по их мнению, товарищей. Вслед за этим проверяется учителем уровень тренированности. После трёхминутного отдыха: А) подсчитать пульс в течении 1-ой минуты в положении лежа; Б) в положении стоя; В) разницу умножить на цифру 10; Г) сделать 20 приседаний в течении 40 сек. Д) подсчитать пульс в течении 2-ой минуты; Е) подсчитать пульс в течении 3-ей минуты после нагрузки. Итог – сумма всех шести результатов. Учащиеся показывают полученные результаты и оценивают своё физическое состояние.	Познавательные: рефлексия способов и условий действия, оценка результатов деятельности, умене самостоятельно найти способы решения проблем. Коммуникативные: умение корректировать и оценивать действия своего партнера, участвовать в коллективном обсуждении и сотрудничать с учителем и сверстниками. Личностные: умение оценить качество и уровень собственной деятельности на занятии после нагрузки. Регулятивные: умение определять последовательность промежуточных целей, прогнозировать результаты усвоения материала.
Домашнее задание	Упражнения со скакалкой, упражнения для развития гибкости.	

Оценочный лист к типовому заданию:
Технологическая карта внеурочного занятия

Количество баллов	Критерии оценки
7,5 Высокий уровень	Обучающийся четко, грамотно структурировал технологическую карту, сформулировал цель, задачи и образовательные результаты. Обучающийся демонстрирует понимание содержания основных этапов деятельности и знание особенностей рекреационной физической культуры. В технологической карту соблюдены этапность проведения мероприятий, присутствует описание основных форм работы учителя и учащихся,
4,5 Продвинутый уровень	Обучающийся сформулировал основные (цель, задачи) составляющие технологической карты внеурочных занятий с использованием рекреационных форм физической культуры. Однако приведенные формулировки носят расплывчатый характер, не отражают особенностей рекреационной физической культуры. Отмечается нарушение взаимосвязи этапов деятельности.
1,5 Пороговый уровень	Обучающийся сформулировал лишь отдельные компоненты технологической карты внеурочных занятий с использованием рекреационных форм физической культуры. Отмечается нарушение взаимосвязи этапов деятельности. Приведенные формулировки носят некорректный, неточный характер, не отражают особенности рекреационной физической культуры.

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

Изучение дисциплины «Рекреационные формы физической культуры во внеурочной деятельности» завершается промежуточной аттестацией в виде зачета.

Зачет проводится в форме устного опроса и практического задания.

Устный опрос позволяет оценить знания обучающегося по учебной дисциплине, его кругозор, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки.

Выполнение практического задания по разработке технологической карты внеурочного занятия с использованием рекреационных форм физической культуры. Тему для выполнения задания обучающийся выбирает произвольно

Устный ответ оценивается следующим образом: 1,5 балл – пороговый уровень, 4,5 - балла – продвинутый уровень и 7,5 баллов – высокий уровень. Аналогичным образом оценивается процедура практического задания.

Итоговая оценка складывается из суммы баллов, полученных обучающимся за выполнение двух форм работы на зачете и соответствует 15-балльной системе (пороговый уровень – 3 балла, продвинутый – 9 баллов и высокий уровень – 15 баллов).