

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна
Должность: Директор
Дата подписания: 15.10.2024 11:22:54
Уникальный программный идентификатор:
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство образования и науки Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего профессионального образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Рабочая программа дисциплины

МДК. 01.01. Методика обучения предмету «Физическая культура»

Программа подготовки специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Автор(ы): преподаватель кафедры БЖФК Т.Н. Сандакова

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «29» августа 2021 г., протокол № 1.

Актуализирована на заседании кафедры физической культуры и спорта «29» августа 2024 г., протокол № 1.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ. Протокол от «31» августа 2021 г. № 1

Нижний Тагил
2021

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
4	
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
6	
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
7	
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
12	
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ПМ.01. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам

Программа учебной дисциплины МДК. 01.01. Методика обучения предмету «Физическая культура» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 49.02.01 Физическая культура.

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины МДК. 01.01. Методика обучения предмету «Физическая культура» предназначена для ведения занятий со студентами очной формы обучения, осваивающими программу подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ШССЗ

Дисциплина МДК. 01.01. Методика обучения предмету «Физическая культура» входит в блок «Профессиональный модуль» общеобразовательного цикла программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Учебным планом предусмотрено изучение данной дисциплины 3 - 7 семестрах.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

С целью овладения указанной учебной дисциплины и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения учебной дисциплины должен:

иметь практический опыт:

анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию;

определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре;

применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;

проведения диагностики физической подготовленности обучающихся;

наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

ведения учебной документации;

уметь:

находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;

использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся;

подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;

использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств;

применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;

устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;
проводить педагогический контроль на занятиях;
оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроке, выставлять
отметки;
осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков;
анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения
предмету, корректировать и совершенствовать их;
знать:
место и значение предмета "Физическая культура" в общем образовании;
основные концепции физического воспитания (физкультурного образования)
обучающихся;
требования образовательного стандарта и программы учебного предмета
«Физическая культура»;
требования к современному уроку физической культуры;
логику планирования при обучении предмету «Физическая культура»;
содержание, методы, приемы, средства и формы организации деятельности,
обучающихся на уроках физической культуры, логику и критерии их выбора;
приемы, способы страховки и самостраховки;
логику анализ урока физической культуры;
методы и методики педагогического контроля на уроке физической культуры;
основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры, критерии
выставления отметок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры;
формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как
субъектами образовательного процесса; виды учебной документации, требования к ее
ведению и оформлению.

1. 4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы профессионального модуля:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 308 часов, включая:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 212 часов;
самостоятельной работы обучающегося – 96 часов;

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности МДК. 01.01. Методика обучения предмету «Физическая культура» в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебные занятия по физической культуре.
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения
ПК 1.4.	Анализировать учебные занятия.
ПК 1.5.	Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
ОК.10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК.11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем, ч
Максимальная учебная нагрузка (всего)	308
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	212
в том числе:	
практические занятия	88
лекции	124
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	96
Форма отчетности	<i>Зачет в 4,5 семестре экзамен в 6 семестре курсовая работа в 7 семестре</i>

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
МДК. 01.01 Методика обучения предмету «Физическая культура»			
Наименование разделов учебной дисциплины и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов	Объем часов	Уровень освоения
Тема 1.	Содержание	16	1,2
Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура»	Лекционные занятия Физическое воспитание как компонент содержания общего образования. Основная форма организации преподавания в школах и других типах учебных заведений, учреждений общего образования.	2 2 2	
	Практические занятия Предмет «Физической культуры», отличительные особенности. Этапы развития предмета. Основные аспекты, обуславливающие место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования. Специфические функции физической культуры в содержании образования. Современное состояние учебно-воспитательного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе, оценка его результативности. Основные направления совершенствования основ организации и осуществления учебно-воспитательного процесса по предмету.	2 2 2 2 2	
Тема 2.	Содержание.	12	1,2
Содержание предмета «Физическая культура» в педагогической системе	Лекционные занятия Федеральный Государственный образовательный стандарт. Структура содержания образования по физической культуре. Характеристика блоков: системы знаний, двигательных навыков и умений, системы	2 4 4	
	Практические занятия двигательных и волевых качеств, системы норм и требований, системы видов физкультурной деятельности. Дифференцирование содержания образования предмета по ступеням	2 2	

	общеобразовательной школы и годам обучения. Пути модернизации содержания образования по предмету.		
Тема 3.	Содержание.	18	1,2
Содержание предмета «Физическая культура»	Лекционные занятия Роль содержания предмета «Физическая культура» в педагогической системе. Особенности дидактических процессов. Специфика дидактических процессов.	2 2 2	
	Практические занятия Психолого-педагогические и педагогические основы дидактических процессов. Типовая структура и механизмы действия дидактических процессов в предмете «Физическая культура».	6 6	
Тема 4.	Содержание.	16	1,2
Типовая структура и механизмы действия дидактических процессов в предмете «Физическая культура».	Лекционные занятия Субъекты дидактического взаимодействия. Этапы дидактических процессов. Образование, развитие и воспитание в дидактических процессах.	2 4 4	
	Практические занятия Цикличность дидактических процессов. Значение дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе. Изучение и характеристика дидактических принципов.	2 2 2	
Тема 5.	Содержание.	42	3
Урок в дидактической системе предмета «Физическая культура».	Лекционные занятия Урок как форма организации дидактических процессов. Урок в процессе обучения физической культуре. Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе. Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. Требования к уроку физической культуры в школе. Методика урока физической культуры в школе. Технология преподавания предмета «Физическая культура» в школе.	2 2 4 4 4 4 4	
	Практические занятия Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе.	2	

	<p>Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. Требования к уроку физической культуры в школе.</p> <p>Методика урока физической культуры в школе.</p> <p>Технология преподавания предмета «Физическая культура» в школе.</p>	<p>2</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p>	
Тема 6.	Содержание.	18	1,2
Целеполагание в технологии обучения предмету «Физическая культура».	<p>Лекционные занятия</p> <p>Роль и значение целеполагания в педагогической деятельности.</p> <p>Состояние целеполагания в практике работы педагогов физической культуры.</p> <p>Целеполагание, целеопределение, целеконкретизация, целевыдвижение.</p> <p>Соотношение педагогической цели и педагогических задач и их роль в технологии преподавания физической культуры.</p>	<p>2</p> <p>4</p> <p>2</p>	
	<p>Практические занятия</p> <p>Процедура целеполагания в технологии преподавания физической культуры в общеобразовательных учреждениях, источники целеполагания по циклам технологии учебного процесса.</p> <p>Виды целей в технологии преподавания предмета. Характеристика перспективных, тактических, оперативных и текущих целей в преподавании данной дисциплины.</p> <p>Требования к формулировке целей и задач по циклам дидактических процессов по предмету.</p>	<p>2</p> <p>4</p> <p>4</p>	
Тема 7.	Содержание.	24	3
Программирование в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре.	<p>Лекционные занятия</p> <p>Сущность УВП.</p> <p>содержание программирования УВП</p>	<p>4</p> <p>8</p>	
	<p>Практические занятия</p> <p>Виды УВП.</p> <p>формы УВП.</p> <p>методы программирования УВП.</p>	<p>4</p> <p>4</p> <p>4</p>	
Тема 8.	Содержание.	10	1,2
Педагогический контроль в технологии	<p>Лекционные занятия</p> <p>Сущность контроля в педагогической деятельности.</p>	<p>2</p>	

учебно-воспитательного процесса на уроках физической культуры	Развитие контрольного компонента деятельности учителя физической культуры и его современное состояние.	2	
	Функции контроля в технологии учебного процесса по физической культуре. Получение текущей информации, ее обработка. Обоснование корректирующих воздействий. Сущность и содержание контроля учащихся за результатами своей учебной деятельности. Взаимоконтроль учащихся в процессе выполнения учебных заданий. Взаимосвязь контроля педагога, самоконтроля и взаимоконтроля учащихся на уроках физической культуры.	2	
	Практические занятия Сущность и содержание контроля учащихся за результатами своей учебной деятельности. Взаимоконтроль учащихся в процессе выполнения учебных заданий. Взаимосвязь контроля педагога, самоконтроля и взаимоконтроля учащихся на уроках физической культуры.	2	
Тема 9.	Содержание.	34	3
Анализ урока физической культуры в школе.	Лекционные занятия Цели и методы анализа урока физической культуры в школе. Контроль и технологии УВП.	6 6	
	Практические занятия Виды контроля в УВП. Формы организации контроля в УВП. Требования к контролю в УВП.	6 10 6	
Тема 10.	Содержание.	34	1,2
Оценочно-аналитический компонент технологии УВП в предмете «Физическая культура».	Лекционные занятия Место, функция и сущность оценочно-аналитического компонента технологии УВП. Оценка и отметка в оценочно-аналитическом компоненте технологии УВП.	6 6	
	Практические занятия Критерии оценок и виды учёта успеваемости учащихся на уроках физической культуры. Оценочно-аналитическая информация в УВП. Методы её получения и обработки.	8 6 6	
	Самостоятельная работа.	111	

	<p>Составление таблицы о методах анализа урока физической культуры.</p> <p>Составление таблицы о критериях оценок и видах учёта успеваемости, учащихся на уроках физической культуры.</p> <p>Составление кроссвордов с использованием основных понятий из области физической культуры и спорта.</p> <p>Составление словаря с основными терминами дисциплины.</p> <p>Составление таблицы основных этапов дидактических процессов по предмету «Физическая культура».</p> <p>Подготовка сообщений о значении дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе.</p> <p>Составление конспектов уроков физической культуры для учащихся различного возраста в соответствии с учебной программой по предмету «Физическая культура».</p> <p>Подготовка сообщений о факторах оптимальности содержания образования, формах организации и методах учебно-воспитательного процесса.</p> <p>Составление презентаций с конспектами уроков физической культуры для учащихся различных возрастов.</p> <p>Подготовка сообщений о требованиях подготовки учителя физической культуры в соответствии с ФГОС.</p> <p>Составление таблицы о методах анализа урока физической культуры.</p>		
	Итого	308	

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации учебной дисциплины используется кабинет методики ФК – ауд. № 411В, компьютерный класс, спортивный зал.

Технические средства обучения: мультимедиапроектор, экран, ноутбук.

Оборудование спортивного зала: спортивный инвентарь по базовым видам спорта, тренажерный зал.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Основная литература

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165158>

2. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / составитель С. Ю. Махов. — Орел : МАБИВ, 2019. — 160 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176371>.

Дополнительные источники

1. Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/74503> (дата обращения: 04.03.2018).

2. Минникаева, Н. В. Теория и методика физической культуры (избранные лекции) : учебное пособие / Н. В. Минникаева, С. В. Шабашева. — Кемерово : КемГУ, 2016. — 144 с. — ISBN 978-5-8353-1921-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/92362> (дата обращения: 03.03.2018).

3. Коршунов, О. И. Очерки теории и методики лечебной физической культуры : монография / О. И. Коршунов, Н. А. Куропаткина ; под общей редакцией В. С. Бакулина. — Волгоград : ВГАФК, 2015. — 169 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158008> (дата обращения: 18.02.2018).

4.3. Общие требования к организации образовательного процесса

При работе над выполнением индивидуальных заданий и решении ситуационных задач обучающимся оказываются консультации.

4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение по междисциплинарным курсам: наличие высшего образования, соответствующего профилю модуля «*физическая культура*» прохождение обязательной стажировки в профильных учреждениях не реже 1-го раза в 3 года

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.	Определяет цель деятельности в соответствии с требованиями к построению цели, Соотносит цель с планируемым результатом,	Наблюдение за организацией деятельности
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.	Владеет теоретическими основами организации учебных занятий	Умение использовать материал изучаемой дисциплины в практических занятиях
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.	Выбирает эффективные методы педагогического контроля	Умение оценивать ответы однокурсников
ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.	Анализирует формы, средства и методы физического воспитания	Наблюдение за деятельностью
ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.	Составляет теоретический материал для освоения предмета «Физическая культура»	Ознакомление с документацией учебного процесса по физической культуре в разные исторические периоды

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	– активность, инициативность в процессе освоения профессиональной деятельности; – аргументированность и полнота объяснения сущности и социальной значимости будущей профессии;	- экспертная оценка портфолио работ и документов;
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	– правильный выбор способов решения профессиональных задач; – рациональная организация собственной деятельности во время выполнения самостоятельной и практической работы, при работе над решением ситуационных задач;	- экспертная оценка решения ситуационных задач.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	– готовность проводить диагностику ситуации; умение определять адекватные варианты решения возникающих проблем; – умение выявлять возможные риски; – умение обосновывать принятие решения.	- экспертная оценка решения ситуационных задач.
ОК 4. Осуществлять поиск анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	– умение вести отбор и использовать информацию для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	- экспертная оценка решения ситуационных задач.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	– демонстрация навыков использования информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	- экспертная оценка решения ситуационных задач.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.	– планирование обучающимся повышения личностного и квалификационного уровня.	- экспертная оценка решения ситуационных задач.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса	– проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности.	- экспертная оценка решения ситуационных задач;
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	– проявление толерантности к людям независимо от их национальных, социальных, религиозных и иных различий.	- экспертная оценка решения ситуационных задач.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.	– проявление бережного отношения к природе, обществу, человеку.	- экспертная оценка решения ситуационных задач.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.	– соблюдение требований СанПиН для обеспечения охраны жизни и здоровья детей; – выполнение требований техники безопасности в ходе организации деятельности школьников; – своевременность оказания помощи для обеспечения охраны жизни и здоровья детей; своевременность проведения мероприятий по профилактике травматизма.	Экспертное наблюдение в процессе проведения внеурочных мероприятий в ходе производственной практики
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.	– знание и использование необходимых нормативно-правовых документов в процессе профессиональной деятельности; соблюдение правовых норм, регламентирующих профессиональную деятельность	Наблюдение за деятельностью студентов в ходе практики

Типовые задания для проведения процедуры оценивания результатов освоения дисциплины в ходе промежуточной аттестации

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

Тестовые задания

- 1) Функции обучения и задачи обучения можно подразделить на ...
 - а) внутренние и внешние;
 - б) коррекционные, организационные и общедидактические;
 - в) организационно-методические и гносеолого-смысловые;
 - г) *воспитательные, образовательные и развивающие*
- 2) Этап разучивания двигательного действия, в процессе которого появляются наиболее типичные ошибки, имеющие массовый характер (*этап начального разучивания*)
- 3) Что является результатом физической подготовки? (*физическая подготовленность*)
- 4) Что является основным специфическим средством физического воспитания ?
(*упражнение*)
- 5) К специфическим методам физического воспитания относятся
 - а) словесные и наглядные методы
 - б) *методы строго регламентированного упражнения, соревновательный и игровой методы*
 - в) методы срочной информации
 - г) метод контроля и самоконтроля

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

Тестовые задания

- 1) К гимнастическим терминам предъявляются следующие требования:
 - а) *краткость, точность, доступность;*
 - б) индивидуализация, простота, точность;

- в) краткость, сложность, точность;
 - г) доступность, оригинальность, четкость.
- 2) На уроке по физической культуре основным методом при развитии быстроты является:
- а) метод круговой тренировки
 - б) *метод повторного выполнения упражнения*
 - в) метод соревновательный
 - г) метод игровой
- 3) Метод, роль которого важна и как средства активного отдыха, так и переключения обучающихся младшего школьного возраста на иной вид двигательной активности (*игровой метод*)
- 4) Какое название носит соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в этой сфере деятельности? (*спорт*)
- 5) С целью совершенствования техники двигательного действия в условиях требующих увеличения физических усилий применяют
- а) методы строго регламентированных упражнений со стандартной непрерывной и интервальной нагрузкой
 - б) метод предельных отягощений и изометрия
 - в) «фартлек»
 - г) *сопряженного воздействия*

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

Тестовые задания

- 1) В целях повышения функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы, при оздоровительной тренировке, величина ЧСС должна быть не ниже:
- а) 100 уд/мин
 - б) *120 уд/мин*
 - в) 90 уд/мин
- 2) Циклическими упражнениями, для развития выносливости у обучающихся на уроках физической культуры являются:
- а) метание диска
 - б) прыжок в длину
 - в) *бег*
 - г) акробатические упражнения
- 3) Какой метод используется для определения плотности нагрузки на уроках по физической культуре в школе?
- а) пульсометрия урока
 - б) *хронометраж урока*
 - в) тест PWC170
 - г) тест Купера
- 4) Процентный показатель затрат времени на двигательную деятельность, определяемый отношением времени израсходованного на выполнение двигательных действий, ко времени отведенному на занятии, принято называть (*моторной плотностью*)
- 5) Назовите основную форму учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию в школе? (*урок физической культуры*)

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

Тестовые задания

- 1) Одним из главных документов учета является:
- а) журнал спортивных результатов
 - б) *журнал учета занятий*
 - в) спортивная книжка спортсмена

- г) журнал учета проведения техники безопасности
- 2) Что используется для оценки уровня физической подготовленности обучающихся?
(контрольные упражнения)
- 3) Содержание плана-конспекта включает в себя:
 - а) количество повторений, время, интенсивность
 - б) средства и методы, применяемые для решения поставленных задач
 - в) задания и игры
 - г) указания и комментарии учителя
- 4) Неурочная форма организации занятия, это:
 - а) утренняя гигиеническая гимнастика
 - б) урок физической культуры
 - в) занятия в спортивных секциях
 - г) прогулки на свежем воздухе
- 5) Уроки, содержание которых направленно на решение задач двух или более перечисленных сторон физического воспитания, принято классифицировать как
(комплексные)

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

Тестовые задания

- 1) По срокам планирования различают следующие его виды:
 - а) перспективное и этапное
 - б) перспективное, текущее и итоговое
 - в) перспективное и текущее и временное
 - г) перспективное, текущее и оперативное
- 2) Документ, в котором детально определяют задачи, содержание и средства, дозировку упражнений и организационно-методические указания, называется:
 - а) рабочий план
 - б) дневник спортсмена
 - в) план-конспект
 - г) годовой план
- 3) Основная форма обучения обучающихся физическим упражнениям? (урок)
- 4) Какая из частей не входит в структуру урока?
 - а) подготовительная
 - б) основная
 - в) главная
 - г) заключительная
- 5) Систематичное и последовательно воплощение на практике заранее спроектированного учебно-воспитательного процесса называется (педагогическая технология)

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

Тестовые задания

- 1) Целью физического воспитания является:
 - а) укрепление здоровья и совершенствование физических качеств
 - б) оптимизация физического развития человека, всестороннего совершенствования свойственных каждому физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств, характеризующих общественно активную личность
 - в) формирование жизненно важных двигательных умений и навыков
 - г) овладение техникой упражнений

2)Целенаправленная деятельность всех субъектов воспитания, обеспечивающая формирование качеств личности в интересах соответствующих воспитательным целям и задачам (*воспитательный процесс*)

3)Учебные планы и программы по физическому воспитанию для общеобразовательных школ разрабатываются:

- а) директором школы
- б) зам. директора школы по учебной работе
- в) министерством спорта
- г) государственными органами (министерствами, комитетами)

4)Совокупность взаимодействующих и взаимосвязанных элементов, представляющих собой единую структурированную целостность, называется (*система*)

5)Часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств

- а) реабилитационная культура
- б) культура организма
- в) физическая культура

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

Тестовые задания

1)Основным документом, регулирующим отношения в сфере физической культуры и спорта является:

- а) Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ»
- б) Конституция РФ
- в) Кодекс об административных правонарушениях РФ
- г) Гражданский кодекс РФ

2)Основным документом при организации и проведении спортивно-массовых мероприятий, является (*положение о соревнованиях*)

3)С какого возраста гражданин России может в полном объеме осуществлять свои права и обязанности?

- а) с 14 лет
- б) с 16 лет
- в) с 18 лет
- г) с 21 года

4)Обязательно ли основное общее образование в России?

- а) обязательно
- б) не обязательно
- в) по выбору родителей
- г) по выбору детей

5)Какое название носит сознательная, активная деятельность младшего школьника, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами? (*подвижная игра*)

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

Тестовые задания

1)Что понимают под техникой двигательного действия?

- а) наиболее красивый способ выполнения движения
- б)наиболее удобный способ выполнения движения
- в)наиболее целесообразный способ управления движениями
- г)способ выполнения движения, учитывающий индивидуальные особенности занимающихся

2)Какой эффект усиливают систематические физкультурные занятия на воздухе на организм ребенка? (*оздоровительный*)

3) Какой методический принцип физического воспитания предполагает постепенное и постоянное повышение требований к занимающимся? (*принцип систематичности*)

4) На уроках физической культуры применяются следующие контрольно-обучающие задания:

а) по осмыслению рациональных форм организации двигательных действий, целесообразности тактических приемов в индивидуальных и групповых упражнениях, в играх и состязаниях

б) по формированию двигательных умений и навыков

в) по специальной физической подготовке

5) Использование разнообразных форм двигательной активности создает оптимальный:

а) двигательный навык

б) тренирующий эффект

в) двигательный режим

г) критерий физического развития

д) уровень физической подготовленности

ОК 4. Осуществлять поиск анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

Тестовые задания

1) Каким этапом в обучении движениям является разучивание?

а) первым этапом

б) третьим этапом

в) вторым этапом

2) Какое название носит степень владения двигательным действием, которое характеризуется сознательным управлением движением, неустойчивостью к воздействию внешних факторов, нестабильностью итогов и невысокой быстротой выполнения:

а) двигательное упражнение

б) двигательное умение

в) двигательная мотивация

3) Разрешается ли привлечение обучающихся, воспитанников гражданских образовательных учреждений к труду, не предусмотренному образовательной программой, без согласия обучающихся, воспитанников и их родителей (законных представителей)?

а) да

б) нет

в) в особых случаях, по распоряжению вышестоящих инстанций

разрешается эпизодически в связи с производственной необходимостью

4) Направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки педагогический процесс, носит название: (*физическая подготовка*)

5) Какое название получил строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону: (*шеренга*)

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

Тестовые задания

1) Основные объекты информационной безопасности:

а) компьютерные сети, базы данных

б) информационные системы, психологическое состояние пользователей

- в) бизнес-ориентированные, коммерческие системы
 - г) письменные документы, переписка, рабочий стол
- 2) Свойствами информации, наиболее актуальными при обеспечении информационной безопасности являются:
- а) *целостность*
 - б) доступность
 - в) актуальность
 - г) важность
- 3) Поиск слова в тексте по заданному образцу является процессом:
- а) *обработки информации*
 - б) хранения информации
 - в) передачи информации
 - г) уничтожения информации
- 4) Электронные таблицы позволяют обрабатывать? (*цифровую информацию*)
- 5) «Компьютерная» технология создания текстовых документов по сравнению с «бумажной» технологией позволяет:
- а) редактировать документ
 - б) *копировать документ без особых затрат*
 - в) хранить документ
 - г) снижать затраты на технику

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

Тестовые задания

- 1) Невербальные сигналы, свидетельствующие о готовности вашего собеседника к общению
- а) поворот тела и носка ноги в сторону от вас
 - б) скрещенные на груди руки
 - в) насмешливое выражение лица
 - г) *открытая поза*
- 2) Некорректное действие собеседника в споре - это
- а) напомнить о рамках дискуссии, о ее цели
 - б) попросить еще раз уточнить антитезис и вернуть разговор в прежнее русло, в установленные границы обсуждения
 - в) спросить, какую мысль развивал и доказывал собеседник
 - г) *выхватывание мелочи (факта), не затрагивающей основного тезиса*
- 3) Стиль языка, используемый в информационных и аналитических передачах на телевидении и радио, в газетах, в выступлениях? (*разговорный*)
- 4) К критериям эффективности команды не относятся:
- а) результат работы
 - б) опыт
 - в) взаимоотношения
 - г) *численность группы*
- 5) Функция общения, при которой осуществляется опосредованное или непосредственное влияние друг на друга с целью изменения или сохранения поведения? (*регулятивная*)

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса

Тестовые задания

- 1) Адекватная физическая нагрузка обеспечивает:
- а) резкое снижение массы тела

- б) уменьшение потребности в пище
 - в) *оптимальную физическую и умственную работоспособность*
 - г) снижение приспособительных и компенсаторных реакций организма
- 2) Какова польза от занятий циклическими видами?
- а) повышают силовые способности
 - б) увеличивают количество жировой ткани
 - в) улучшают потребление организмом кислорода
 - г) *увеличивают эффективность работы сердца*
- 3) Методы обучения, при которых источником знаний является устное и печатное слово это *(словесные методы)*
- 4) Контроль, осуществляемый периодически по мере прохождения новой темы, раздела с целью систематизации знаний обучающихся? *(тематический)*
- 5) Самоорганизация относится к
- а) *волевому качеству*
 - б) эмоциональному качеству
 - в) физическому качеству
 - г) социологическому качеству

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Тестовые задания

- 1) Эффект физических упражнений определяется прежде всего:
- а) их формой
 - б) *их содержанием*
 - в) темпом движения
 - г) длительностью их выполнения
- 2) Какие документы издает Министерство спорта РФ: *(приказы)*
- 3) Основу методов воспитания составляют:
- а) *средства и приемы воспитания*
 - б) убеждение и наглядный пример
 - в) тактика и техника воспитания
 - г) метод упражнения
- 4) Какие отношения устанавливаются между спортсменом и физкультурно-спортивной организацией в соответствии с ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»:
- а) коммерческие
 - б) *трудовые*
 - в) профессиональные
 - г) организационно-профессиональные
- 5) Какое название получил процесс неоднократного воспроизведения двигательных действий, которые организуются в соответствии с дидактическими принципами? *(упражнение)*

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

Тестовые задания

- 1) Что является предметом педагогики как науки?
- а) *целенаправленно организуемый педагогический процесс*
 - б) ученик как субъект взаимодействия с учителем
 - в) образовательные системы
 - г) развитие личности

- 2) Как называется процесс постановки целей и конкретизации задач обучения и воспитания личности? (*целеполагание*)
- 3) Что не относится к статистическим методам педагогических исследований? (*сравнительный анализ*)
- 4) Несколько упражнений, подобранных в определенном порядке для решения конкретной задачи, называются:
- комплекс*
 - группа
 - алгоритм
 - методика
- 5) Укажите, какие существуют формы учета в учебном процессе:
- предварительный, основной, отчетный
 - рубежный, исходный, итоговый
 - предварительный, текущий, оперативный*
 - начальный, итоговый

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

Тестовые задания

- 1) Вероятность возникновения нежелательных событий это (*опасность*)
- 2) Внезапное повреждение организма человека и потеря им трудоспособности, вызванные несчастным случаем на производстве – это:
- производственный травматизм
 - вредный фактор
 - опасный фактор
 - производственная травма*
- 3) Что производится в образовательном учреждении в случае угрозы возникновения чрезвычайной ситуации: (*упреждающая эвакуация*)
- 4) Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи?
- разрешено
 - запрещено*
 - разрешено в случае крайней необходимости
 - необходимо
- 5) Одним из важнейших положений оказания первой помощи является ее:
- профессиональность
 - компетентность
 - неотложность*
 - гуманность

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

Тестовые задания

- 1) Режим жизнедеятельности человека – это:
- установленный режим питания, труда и отдыха*
 - отход ко сну и подъем в одно и то же время каждый день
 - система поведения человека на работе и в быту
 - регулярное занятие спортом
- 2) Что применяется выявления диапазона физиологических резервов организма человека: (*функциональные пробы*)
- 3) Что является продуктом мозга и субъективным образом реального мира? (*психика*)

4) Каким требованиям должно отвечать спортивное оборудование?

- а) эстетическим
- б) профилактическим
- в) аналитическим
- г) *гигиеническим*

5) Какие задачи умственного развития обучающихся решаются в процессе физического воспитания?

- а) расширение и углубление специальных знаний в сфере физической культуры
- б) обогащение специальными знаниями, относящимися к сфере физической культуры и спорта
- в) *содействие творческим проявлениям личности, в том числе в самопознании и самовоспитании, средствами физической культуры и спорта*
- г) формирование осмысленного отношения к занятиям физической культурой