

Российская Федерация  
Министерство образования и науки РД  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕРБЕНТСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ИМЕНИ Г. Б. КАЗИАХМЕДОВА»

**ОДОБРЕНО**

на заседании Педагогического совета  
ГБПОУ РД «ДПК им. Г. Б. Казиахмедова»  
протоколом №1 от «27» августа 2025 г.  
И.о. зам. директора по УР  
Гаджимагомедова Л.С.



**Комплект  
контрольно-оценочных средств  
для оценки результатов освоения программы по междисциплинарному курсу  
МДК.03.01 «Методика обучения предмету «Физическая культура»»  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности СПО  
49.02.01. «Физическая культура»  
Форма проведения оценочной процедуры  
экзамен**

ДЕРБЕНТ  
2025

## ПАСПОРТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ МДК.03.01. Методика обучения предмету «Физическая культура»

КИМ разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности

49.02.01. «Физическая культура», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014г. N 1351 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01. «Физическая культура», входящей в укрупненную группу специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт и в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины МДК.03.01 «Методика обучения предмету «Физическая культура».

КИМ включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме 1) тестовых заданий; 2) индивидуальных творческих заданий; 3) вопросов к экзамену и дифференцированному зачету.

1. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения дисциплины.

- С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

**- уметь:**

- находить и использовать методическую литературу и др. 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 занятиям 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, выставять 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 с лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;
- виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению.

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.

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.

## 2. Программа оценивания контролируемой компетенции:

Комплект тестовых заданий для контрольной работы по дисциплине; МДК.01.01  
«Методика обучения предмету «Физическая культура».

### 1 вариант

- 1 – автоматизм –
- 2 – здоровье –
- 3 – составьте конспект урока для учащихся 4-го класса с учетом особенностей занятий физической культурой в начальной школе, укажите используемое оборудование и инвентарь.

### 2 вариант

- 1 – адаптация –
- 2 – здоровый образ жизни –
- 3 – отберите методы, приемы, средства и формы организации деятельности при обучении детей младшего школьного возраста теоретическому разделу.

### 3 вариант

- 1 – акклиматизация –
- 2 – здоровье психическое –
- 3 – составить конспект урока по спортивным играм с использованием различных методов и приемов обучения.

### 4 вариант

- 1 – жесты и указания –
- 2 – конституция –
- 3 – составить перечень требований к учителю по обеспечению страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений.

### 5 вариант

- 1 – антропометрия –
- 2 – методический прием –
- 3 – оформить и проанализировать пульсометрию на уроке физической культуры.

### 6 вариант

- 1 – выносливость –
- 2 – методика –
- 3 – рассчитайте общую плотность урока исходя из следующих данных;
  - а) построение и перестроение – 3мин.
  - б) объяснение учителем – 5мин.
  - в) выполнение учащимися двигательных действий – 20мин.
  - г) целесообразный отдых – 5мин.
  - д) нецелесообразный отдых – 4мин.
  - е) установка и уборка снарядов – 3мин.
  - ж) подведение итогов – 2мин.
  - з) простой по вине учителя – 3мин.

### 7 вариант

- 1 – врачебный контроль –
- 2 – методика тренировки –
- 3 – рассчитайте общую плотность урока исходя из следующих данных;
  - а) построение и перестроение – 4мин.
  - б) объяснение учителем – 6мин.
  - в) выполнение учащимися двигательных действий – 15мин.

- г) целесообразный отдых – 5мин.
- д) нецелесообразный отдых – 5мин.
- е) установка и уборка снарядов – 4мин.
- ж) подведение итогов – 2мин.
- з) простой по вине учителя – 4мин.

#### 8 вариант

- 1 – двигательный навык –
- 2 – педагогический контроль –
- 3 – рассчитайте моторную плотность урока исходя из следующих данных;
  - а) построение и перестроение – 4мин.
  - б) объяснение учителем – 7мин.
  - в) выполнение учащимися двигательных действий – 20мин.
  - г) целесообразный отдых – 3мин.
  - д) нецелесообразный отдых – 2мин.
  - е) установка и уборка снарядов – 3мин.
  - ж) подведение итогов – 2мин.
  - з) простой по вине учителя – 4мин

#### Ответы:

- 1 а – способность органов, отдельных клеток или тканей к ритмической деятельности без внешних воздействий.
- б – нормальное психосоматическое состояние человека, отражающее его полное физическое, психическое и социальное благополучие и обеспечивающее полноценное выполнение трудовых, социальных и биологических функций.
- 2 а – процесс процесс приспособления организма к изменившимся условиям окружающей среды, жизни, рода деятельности.
- б – типичная совокупность форм и способов повседневной культурной жизнедеятельности личности, основанная на культурных нормах, ценностях, смыслах деятельности и укрепляющая адаптивные возможности организма.
- 3 а – процесс процесс приспособления организма к новым непривычным климатогеографическим условиям.
- б – состояние душевного благополучия, характерное отсутствием болезненных психических проявлений и обеспечивающее адекватную окружающим условиям регуляцию поведения и деятельности личности.
- 4 а – визуальные или словесные средства, основанные на телодвижениях и использовании минимального количества слов, предназначенные для подготовки занимающихся к последующим движениям.
- б – совокупность функциональных и морфологических особенностей организма, сложившихся на основе наследственных и приобретенных свойств организма.
- 5 а – совокупность методов и приемов измерения человеческого тела.
- б – способ реализации того или иного метода в конкретной педагогической ситуации.
- 6 а – способность противостоять утомлению; включает мышечную и кардио-респираторную выносливость.
- б – совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и др. умениям и навыкам, а также на их дальнейшее совершенствование.
- 7 а – комплексное медицинское обследование, направленное на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей, достижение высоких спортивных результатов
- б – система методов, методических приемов, упражнений, направленных на достижение

наибольшего эффекта в процессе спортивного совершенствования.

8 а – подсознательный уровень владения техникой действия, при котором управление двигательными актами осуществляется практически автоматически. Характерна высокая надежность выполнения движения.

б - процесс получения информации о физическом состоянии занимающихся физкультурой и спортом с целью повышения эффективности учебно-тренировочного процесса

1 вариант.

1. Адаптивная физическая культура
2. Олимпизм
3. Упражнения по л/атлетике (перечень)

2 вариант.

1. Акробатика
2. Методика
3. Упражнения по гимнастике (перечень)

3 вариант.

1. Гипокинезия
2. Круговой метод
3. Комплекс упражнений по баскетболу (составить)

4 вариант.

1. Двигательная активность
2. Двигательные действия
3. Комплекс упражнений по волейболу (составить)

5 вариант.

1. Любительский спорт
2. Вид спорта
3. Комплекс упражнений по футболу (составить)

6 вариант.

1. Мышцы (антагонисты)
2. Аэробика
3. Комплекс ОРУ 6-7 упражнений без предметов (составить)

7 вариант.

1. Отдых
2. Олимпийское движение
3. Комплекс ОРУ 6-7 упражнений с г/палками (составить)

### Тестовые задания

1 Под физической культурой понимается:

а — педагогический процесс по физическому совершенствованию человека;

б — регулярные занятия физическими упражнениями, закаливание организма;

в — достижения общества, отражающие физическое и духовное развитие человека.

2 Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные):

- а — спорт;
- б — система физического воспитания;
- в — физическая культура.

3 Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется:

- а — общей физической подготовкой;
- б — специальной физической подготовкой;
- в — гармонической физической подготовкой;
- г — прикладной физической подготовкой.

4 Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:

- а — развитие;
- б — закаленность;
- в — тренированность;
- г — подготовленность.

5 К показателям физической подготовленности относятся:

- а — сила, быстрота, выносливость;
- б — рост, вес, окружность грудной клетки;
- в — артериальное давление, пульс;
- г — частота сердечных сокращений, частота дыхания.

6 Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательными и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как:

- а — тренировка;
- б — методика;
- в — система знаний;
- г — педагогическое воздействие.

7.Какой фактор играет определяющую роль для состояния здоровья человека:

- а — образ жизни;
- б — наследственность;
- в — климат.

8.При физической работе в душном помещении или одежде, которая плохо пропускает воздух, может возникнуть:

- а — ожог;
- б — тепловой удар;
- в — перегревание;
- г — солнечный удар.

9.Основными источниками энергии для организма являются:

- а — белки и минеральные вещества;
- б — углеводы и жиры;
- в — жиры и витамины;
- г — углеводы и белки.

10.Рациональное питание обеспечивает:

- а — правильный рост и формирование организма;
- б — сохранение здоровья;
- в — высокую работоспособность и продление жизни;
- г — все перечисленное.

11. Физическая работоспособность — это:

- а — способность человека быстро выполнять работу;
- б — способность разные по структуре типы работ;
- в — способность к быстрому восстановлению после работы;
- г — способность выполнять большой объем работы.

12. Люди, систематически занимающиеся физическими упражнениями в сочетании с использованием оздоровительных сил природы, отличаются:

- а — фагоцитарной устойчивостью;
- б — бактерицидной устойчивостью;
- в — специфической устойчивостью;
- г — не специфической устойчивостью.

### **Ответы;**

1-в, 2-в, 3-а, 4-в, 5-а, 6-б, 7-а, 8-б, 9-б, 10-г, 11-г, 12-г

1. К объективным критериям самоконтроля можно отнести:

- а — самочувствие, аппетит, работоспособность;
- б — частоту дыхания, ЖЕЛ, антропометрию;
- в — нарушение режима, наличие болевых ощущений.

2. Назовите основные факторы риска в образе жизни людей:

- а — малая двигательная активность (гипокинезия), психологические стрессы;
- б — нарушение в питании, переедание, алкоголизм, наркомания, курение;
- в — все перечисленное.

3. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся:

- а — переоценивают свои возможности;
- б — следуют указаниям учителя;
- в — владеют навыками выполнения движений;
- г — не умеют владеть своими эмоциями.

4. При получении травмы или ухудшении самочувствия на уроке учащийся должен прекратить занятие и поставить в известность:

- а — учителя, проводящего урок;
- б — классного руководителя;
- в — своих сверстников по классу;
- г — школьного врача.

5. Какими показателями характеризуется физическое развитие:

- а — антропометрическими показателями;
- б — ростовесовыми показателями, физической подготовленностью;
- в — телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья.

6. Формирование человеческого организма заканчивается к:

- а — 14-15 годам;
- б — 17-18 годам;
- в — 19-20 годам;
- г — 22-25 годам.

7. Главным отличием физических упражнений от других двигательных действий является то, что они:

- а — строго регламентированы;
- б — представляют собой игровую деятельность;



в — не ориентированы на производство материальных ценностей;  
г — создают развивающий эффект.

8 Техникой движений принято называть:

а — рациональную организацию двигательных действий;  
б — состав и последовательность движений при выполнении упражнений;  
в — способ организации движений при выполнении упражнений;  
г — способ целесообразного решения двигательной задачи.

9 Назовите из предложенного списка неправильно названные физические качества (несколько ответов):

а — стойкость;  
б — гибкость;  
в — ловкость;  
г — бодрость;  
д — выносливость;  
е — быстрота;  
ж — сила.

10 Это физическое качество проверяют тестом «челночный бег 3 по 10» у учащихся общеобразовательных школ:

а — выносливость;  
б — скоростно-силовые и координационные;  
в — гибкость.

11 Ловкость — это:

а — способность осваивать и выполнять сложные двигательные действия, быстро их перестраивать в соответствии с изменяющимися условиями;  
б — способность управлять своими движениями в пространстве и времени;  
в — способность ловко управлять двигательными действиями в зависимости от уровня развития двигательных качеств человека.

12 Быстрота — это:

а — способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени;  
б — способность человека быстро набирать скорость;  
в — способность человека выполнять упражнения в беге с максимальной скоростью на короткие дистанции.

### **Ответы;**

1-б, 2-в, 3-б, 4-а, 5-а, 6-г, 7-в, 8-а, 9-а,г, 10-б, 11-а, 12-а

1. Результатом физической подготовки является...
2. Укажите, что послужило основой (источником) возникновения физического воспитания в обществе: ...
3. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания как общественного явления определялось: ...
4. Точкой отсчета возникновения физического воспитания является осознание возможности ...
5. Возникновение физических упражнений исторически обусловлено преимущественно...
6. Смысл физического воспитания заключается ...
7. Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту. Эти программы содержат ...
8. Физические упражнения – ...
9. Под методами физического воспитания понимаются...
10. К специфическим методам физического воспитания относятся ...
11. Какой принцип предусматривает планомерное увеличение объема и интенсивности физической нагрузки по мере роста функциональных возможностей организма? ...

12. Какой принцип обязывает последовательно изменять направленность физического воспитания в соответствии с возрастными этапами и стадиями человека, т.е. применительно к сменяющимся периодам онтогенеза и особенно периодам возрастного физического развития организма ...
13. Педагогический процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений, а также связанных с этим процессом знаний, называется ...
14. Двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются ...
15. Абсолютная сила – это ...
16. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называются ...
17. Способность как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость называется ...
18. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется ...
19. Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет собственной активности соответствующих мышц называется ...
20. Гибкость, характеризующаяся амплитудой движений, соответствующей технике конкретного двигательного действия, называется ...
21. При воспитании гибкости, чем меньше возраст, тем больше в объеме должна быть доля: ...
22. Под двигательными координационными способностями следует понимать: ...
23. По особенностям организации занимающихся и способам руководства ими, занятия по физическому воспитанию подразделяются на две группы: ...
24. Под двигательной активностью понимают: ...
25. В период обучения в общеобразовательной школе двигательная активность учащихся при переходе из класса в класс: ...
26. Укажите среди нижеперечисленных, основную форму занятий физическими упражнениями в начальной школе (младшие классы): ...
27. В процессе физического воспитания детей старшего школьного возраста в первую очередь следует уделять внимание развитию: ...
28. Упражнения, требующие проявления скоростных, скоростно-силовых качеств, тонкой координации движений, выполняются: ...
29. В рамках школьного урока физической культуры основная часть обычно длится: ...
30. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является: ...
31. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется: ...
32. Исторически обусловленный тип социальной практики физического воспитания, включающий мировоззренческие, теоретико-методические и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни, называется: ...
33. Ритм как комплексная характеристика техники физических упражнений отражает: ...
34. Методы строго регламентированного упражнения подразделяются на: ...
35. Укажите, какие из перечисленных принципов являются общеметодическими: ...
36. Физические качества – это: ...
37. Относительная сила – это: ...
38. При использовании силовых упражнений величину отягощений дозируют количеством возможных повторений в одном подходе, что обозначается термином: ...
39. Ответ заранее известным движением на заранее известный сигнал (зрительный, слуховой, тактильный) называется: ...
40. Число движений в единицу времени характеризует: ...
41. Способность длительно выполнять работу умеренной интенсивности при глобальном функционировании мышечной системы называется: ...
42. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется: ...
43. Под пассивной гибкостью понимают: ...
44. Какое из физических качеств, при чрезмерном его развитии отрицательно влияет на гибкость? ...
45. В качестве средств развития гибкости используют: ...
46. Под формами занятий в физическом воспитании понимают: ...

47. Основная форма организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе: ...
48. В физическом воспитании широкое использование словесных и наглядных методов, невысокая «моторная» плотность, характерны для: ...
49. В процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста по возможности надо исключать: ...
50. Длительность урока физической культуры в общеобразовательной школе составляет: ...

### Ответы:

- 1- физическая подготовленность.
- 2- осознанное понимание людьми явления упражняемости (повторяемости действий), важности так называемой предварительной подготовки человека к жизни и установление связи между ними.
- 3- социальной необходимостью.
- 4- упражняемости.
- 5- развитием существования человечества.
- 6- в формировании двигательных навыков и воспитании физических качеств.
- 7- научно обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень конкретных норм и требований.
- 8- это такие дв/ действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям.
- 9- способы применения физических упражнений.
- 10- методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы.
- 11- принцип доступности и индивидуализации.
- 12- принцип возрастной адекватности направленности физического воспитания.
- 13- физическим образованием.
- 14- физическими упражнениями.
- 15- максимальная сила, проявляемая человеком в каком-либо движении, независимо от массы его тела.
- 16- скоростными способностями.
- 17- скоростной выносливостью.
- 18- выносливостью.
- 19- активной гибкостью.
- 20- специальной гибкостью.
- 21- пассивных упражнений.
- 22- Способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво, т е наиболее совершенно, решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно).
- 23- урочные и неурочные формы занятий физическими упражнениями.
- 24- суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни.
- 25- все более уменьшается
- 26- урок физической культуры.
- 27- силовых, скоростно-силовых способностей и различных видов выносливости.
- 28- в начале основной части урока.
- 29-25–30 мин.
- 30- величина частоты сердечных сокращений (ЧСС).
- 31- физическим воспитанием.
- 32- системой физического воспитания.
- 33- закономерный порядок распределения усилий во времени и пространстве, последовательность и меру их изменения (нарастание и уменьшение) в динамике действия.
- 34- методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств.
- 35- принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации.
- 36- врожденные (унаследованные генетически) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая своё полное проявление в целесообразной двигательной деятельности.
- 37- сила, проявляемая человеком в пересчете на 1 кг собственного веса.
- 38- повторный максимум (ПМ).
- 39- простой двигательной реакцией.

- 40- темп движений.
- 41- общей выносливостью.
- 42- гибкостью.
- 43- способность выполнять движения под воздействием внешних растягивающих сил (усилий партнера, внешнего отягощения, специальных приспособлений и т п).
- 44- Сила.
- 45- упражнения на растягивание.
- 46- способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи (взаимодействия) преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий.
- 47- урок физической культуры.
- 48- уроков освоения нового материала.
- 49- упражнения, связанные с натуживанием (задержка дыхания), и значительные статические напряжения.
- 50- 40 – 45 мин.

Критерии оценки: оценка «отлично» выставляется студенту, если выполняет все задания контрольной работы, показывает качество и глубину знаний по предмету, каждый раздел и тема освоены полностью.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если выполняет все задания контрольной работы, показывает хорошие знания по предмету, каждый раздел и тема освоены полностью.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если выполняет не все задания контрольной работы, показывает удовлетворительные знания по предмету.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если выполняет все задания контрольной работы с ошибками или не выполнил полностью.

### **Тематика курсовых работ по теории и методике физической культуры и спорта**

#### **I. Общие вопросы по теории и методике физического воспитания**

1. Педагогические методы исследования в теории и методике физической культуры и спорта
2. Социальные функции и формы физической культуры.
3. Общие принципы физического воспитания и их реализация в процессе занятий физическими упражнениями.
4. Методы строгого регламентированного упражнения и их классификация.
5. Игровой и соревновательный методы в физическом воспитании.
6. Методы обучения двигательным действиям.
7. Нравственное и трудовое воспитание в процессе физического воспитания.
8. Умственное воспитание в процессе физического воспитания.
9. Эстетическое воспитание в процессе физического воспитания.
10. Обучение движениям (методика поэтапного формирования двигательных действий).
11. Методические принципы физического воспитания.
12. Природные и гигиенические факторы как средство физического воспитания и методика их применения.
13. Средства и методы воспитания силовых способностей.
14. Средства и методы воспитания скоростных способностей.
15. Общая выносливость и методика ее воспитания.
16. Специальная выносливость и методика ее воспитания (на примере своей специализации).
17. Средства и методы воспитания гибкости.

18. Средства и методы воспитания координационных способностей.
19. Формы занятий физическими упражнениями.
20. Планирование и контроль в физическом воспитании.
21. Физическое воспитание детей от 3 до 6 лет.
22. Инновационные направления в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.
23. Методические особенности воспитания физических качеств и формирования двигательных действий у детей 3-6 лет.
24. Организация и основы методики физического воспитания в детских дошкольных учреждениях.
25. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в семье.
26. Формирование знаний у учащихся начальных классов на уроках физической культуры.
27. Воспитание личной физической культуры у младших школьников.
28. Воспитание быстроты движений у школьников младших классов с применением подвижных игр.
29. Применение метода круговой тренировки на уроках физической культуры.
30. Использование предметных регуляторов при обучении двигательным действиям.
31. Формирование у школьников интереса к физической культуре.
32. Использование тренажеров и тренажерных устройств в физическом воспитании детей школьного возраста.
33. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом в школьном возрасте.
34. Формирование и контроль знаний у детей старшего школьного возраста по дисциплине «Физическая культура».
35. Особенности проведения занятий по физическому воспитанию с учащимися специальных медицинских групп.
36. Сравнительный анализ программ по физической культуре для учащихся младших.
37. Сравнительный анализ программ по физической культуре для учащихся средних классов.
38. Сравнительный анализ программ по физической культуре для учащихся старших.
39. Анализ затруднений в педагогической деятельности начинающих учителей физической культуры.
40. Методика физического воспитания в средних специальных учебных заведениях.
41. Методика физического воспитания в высших учебных заведениях.
42. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
43. Организация физического воспитания в малокомплектных сельских школах.
44. Оценка эффективности использования домашних заданий в системе физического воспитания младших школьников.
45. Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений средствами плавания.
46. Методика воспитания гибкости на уроках физической культуры.
47. Роль двигательной деятельности, физической активности в жизни человека.
48. Формирование интереса и развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
49. Роль физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности

## **II. Вопросы по теории спорта**

1. Социальные функции спорта.
2. Соревновательная нагрузка и проблемы ее нормирования.
3. Проблемы оптимального построения системы спортивных состязаний.
4. Основные факторы и их роль в системе подготовки спортсмена.
5. Специальные принципы спортивной тренировки.
6. Физическая подготовка спортсмена.
7. Тактическая подготовка спортсмена.
8. Техническая подготовка спортсмена.
9. Структура микро циклов спортивной тренировки.
10. Структура годичных циклов спортивной тренировки.
11. Основы периодизации круглогодичной тренировки.
12. Этапы подготовки в процессе многолетних занятий спортом.
13. Врачебно-педагогический контроль и оценка физической подготовленности спортсменов
14. Планирование учебно-тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства.
15. Планирование учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
16. Методика развития скоростных способностей у юных спортсменов.
17. Проблема восстановления в спорте.
18. Система спортивной тренировки.
19. Отбор и прогнозирование спортивной одаренности.

### **III . Вопросы по теории и методике оздоровительной физической культуры**

1. Физическая культура как компонент здорового образа жизни.
2. Роль и значение физической культуры в профилактике заболеваний и укрепления здоровья, сохранении творческой активности.
3. Критерии и способы самоконтроля физической подготовленности разных возрастно-половых групп населения.
4. Основы физического воспитания школьников (студентов) с ослабленным здоровьем.
5. Методика Физкультурно-оздоровительных занятий с детьми младшего школьного возраста в группах продленного дня.
6. Особенности методики и основы планирования нагрузок в физкультурно-оздоровительных занятиях (с конкретизацией положений на примерах занятий бегом и ходьбой, плаванием, ходьбой на лыжах, ездой на велосипеде, спортивным и подвижным играм - по выбору студента).
7. Применение тренажеров в оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуре.
8. Плавание как средство оздоровления детей дошкольного возраста.
9. Содержание особенностей методики и планирования занятий в группах атлетической гимнастики.
10. Содержание особенностей методики и планирования занятий в группах шейпинга.
11. Содержание особенностей методики и планирования занятий в группах аэробики (степ-аэробики, аквааэробики, велоаэробики, танцевальной аэробики и др.).
12. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у детей школьного возраста средствами физической культуры.
13. Профилактическо-реабилитационные мероприятия в системе подготовки спортсменов.
14. Применение кругового метода в занятиях оздоровительной физической культуры.
15. Особенности организации и методики проведения уроков по физической культуре у учащихся с нарушением зрения.
16. Особенности методики проведения уроков по физической культуре с детьми, страдающими заболеваниями органов дыхания.
17. Здоровый образ жизни и физическая культура студентов.
18. Особенности методики проведения физкультурных занятий с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

#### **Вопросы к экзамену по дисциплине МДК.03.01 «Методика обучения предмету «Физическая культура»»**

1. Скоростные способности и основы методики их воспитания.
2. Составить комплекс общеразвивающих упражнений на 32 счета для старшего школьного возраста.
3. Общее понятие о физических качествах и двигательных способностях.
4. Составить комплекс упражнений с г/палками на разные группы мышц для старшего школьного возраста.
5. Общепедагогические и специфические методы физического воспитания.
6. Составить технологическую карту урока физического воспитания по баскетболу для 7 класса.  
Вводная часть урока
7. Регулирование физической нагрузки на уроке физической культуры.
8. Составить технологическую карту урока физического воспитания по баскетболу для 7 класса.  
Основная часть урока.
9. Плотность урока. Общая и моторная плотность урока.
10. Составить технологическую карту урока физического воспитания по баскетболу для 7 класса.  
Заключительная часть урока
11. Методика обучения приемам страховки и само страховки детей на уроке физической культуры.
12. Составить комплекс утренней гимнастики для младшего, среднего и старшего школьного возраста
13. Методика обучения двигательным действиям детей относящихся к специальной медицинской группе по физкультуре. Группы здоровья.
14. Составить комплекс упражнений с м/мячами на разные группы мышц для среднего школьного возраста.
15. Методика проведения подвижных игр и эстафет на уроке физической культуры
16. Составить технологическую карту урока физического воспитания по волейболу для 7 класса.  
Вводная часть урока

17. Подготовка учителя к уроку
18. Составить технологическую карту урока физического воспитания по волейболу для 7 класса.  
Основная часть урока
19. Урок – основная форма работы по физическому воспитанию
20. Составить технологическую карту урока физического воспитания по волейболу для 7 класса.  
Заключительная часть урока
21. Организация и проведение внеклассных мероприятий по подвижным играм.
22. Составьте заявку на участие в соревнованиях в избранном виде спорта.
23. Методы ведения урока физической культуры.
24. Составить план-конспект урока с элементами подвижных игр по физической культуре.
25. Использование методов обучения на уроках физической культуры.
26. Составить план-конспект урока с элементами легкой атлетики по физической культуре.
27. Типы и виды уроков физической культуры.
28. Оформить протокол соревнований по баскетболу.
29. Формы работы по физическому воспитанию в школе.
30. Составить технологическую карту урока физического воспитания «Круговая тренировка с элементами гимнастики». Основная часть урока.
31. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.
32. Структура урока. Типовая структура.
33. Составить план-конспект урока с элементами волейбола по физической культуре.
34. Пульсометрия как метод исследования.
35. Составить комплекс упражнений с м/мячами на разные группы мышц для среднего школьного возраста.
36. Гибкость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
37. Составить комплекс упражнений без предметов на разные группы мышц для среднего школьного возраста.
38. Характеристика структуры обучения двигательным действиям.
39. Оформить протокол соревнований по волейболу.