

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

\_\_\_\_\_ И.И. Готовцев

\_\_\_\_\_ 2019 г.

## Базовые виды физической рекреации рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Учебный план z49.03.03\_20\_00 РиСОТ.plx  
Направление 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм"

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **15 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 540

в том числе:

аудиторные занятия 24

самостоятельная работа 495

часов на контроль 21

Виды контроля на курсах:

экзамены 3

зачеты 1, 2

курсовые работы 3

**Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс	1		2		3		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП		
Лекции	2	2	4	4	6	6	12	12
Практические	2	2	4	4	6	6	12	12
Итого ауд.	4	4	8	8	12	12	24	24
Контактная работа	4	4	8	8	12	12	24	24
Сам. работа	136	136	164	164	195	195	495	495
Часы на контроль	4	4	8	8	9	9	21	21
Итого	144	144	180	180	216	216	540	540

Программу составил(и):

Ст.преподаватель, Лукин Василий Васильевич \_\_\_\_\_

Рецензент(ы):

\_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины

**Базовые виды физической рекреации**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм"  
утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2018 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры  
**рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2018 г. № \_\_\_\_

Срок действия программы: уч.г.

Зав. кафедрой Гуляев Петр Дмитриевич

Председатель НМС УГН(С)

\_\_\_\_\_ 2018 г.

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С) Коркин Е.В.

\_\_ \_\_\_\_\_ 2019 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры **рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2019 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Гуляев Петр Дмитриевич

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2020 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры **рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2020 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Гуляев Петр Дмитриевич

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры **рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2021 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Гуляев Петр Дмитриевич

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры **рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2022 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Гуляев Петр Дмитриевич

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, игровых, легкоатлетических, гимнастических и лыжных упражнений для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к повседневной и профессиональной деятельности. Формирование педагогического мышления на основе знаний особенностей организации педагогического процесса по становлению и формированию жизненно необходимых двигательных умений и навыков.
-----	--

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Дисциплина относится к обязательной части, Блока Б1.О.34.01 образовательной программы по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» направленности (профиль программы) спортивно-оздоровительный туризм. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-2 курсе и 3 курсе во 2-3-4-5-6 семестрах, по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации (итоговая форма контроля): экзамен (6 семестр).
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Виды рекреационной физической культуры (гимнастика, легкая атлетика, лыжная подготовка), Физическая культура, Дисциплины по физической культуре и спорту (Топография и ориентирование на местности, ОФП, профессиональное спортивное совершенствование).

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

##### Знать:

Уровень 1	на низком уровне выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма поставленных целей;
Уровень 2	частичном уровне выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма поставленных целей;
Уровень 3	на высоком уровне выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма поставленных целей;

##### Уметь:

Уровень 1	на низком уровне умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
Уровень 2	частично умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
Уровень 3	высоком уровне умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

##### Владеть:

Уровень 1	на низком уровне владеет навыками соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
Уровень 2	частичном имеет навыки соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
Уровень 3	на высоком уровне имеет навыки соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

#### ОПК-2: Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

##### Знать:

Уровень 1	на низком уровне осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную и рекреационную деятельность в соответствии со стандартами дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.
Уровень 2	на частичном уровне осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную и рекреационную деятельность в соответствии со стандартами дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.
Уровень 3	на высоком уровне осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную и рекреационную деятельность в соответствии со стандартами дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образов

<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	на низком уровне анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки
Уровень 2	на частичном уровне анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки
Уровень 3	на высоком уровне анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	на низком уровне организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.
Уровень 2	на частичном уровне организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.
Уровень 3	на высоком уровне организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.

**ОПК-3: Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью**

<b>Знать:</b>	
Уровень 1	на низком уровне планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по обучению двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью
Уровень 2	на частичном уровне планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по обучению двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью
Уровень 3	на высоком уровне планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по обучению двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью

<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	на низком уровне умеет проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся
Уровень 2	на частичном уровне умеет проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся
Уровень 3	на высоком уровне умеет проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся

<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	на низком уровне владеет проведением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); организации.
Уровень 2	на частичном уровне владеет проведением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); организации.
Уровень 3	на высоком уровне владеет проведением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); организации.

<b>ОПК-13: Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	низком уровне организует и проводит рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, осуществляет объективное
Уровень 2	частичном уровне организует и проводит рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, осуществляет объективное
Уровень 3	высоком уровне организует и проводит рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, осуществляет объективное
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	на низком уровне умеет проводить спортивные споры при проведении мероприятий обеспечивает безопасность и медицинское сопровождение
Уровень 2	на частичном уровне умеет проводить спортивные споры при проведении мероприятий обеспечивает безопасность и медицинское сопровождение
Уровень 3	на высоком уровне умеет проводить спортивные споры при проведении мероприятий обеспечивает безопасность и медицинское сопровождение
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	на низком уровне владеет организациями образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.
Уровень 2	частичном уровне владеет организациями образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.
Уровень 3	на высоком уровне владеет организациями образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программой спортивной подготовки.
3.1.2	В/03.5 Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися
3.1.3	А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся
3.1.4	А/01.6 Общепедагогическая Функция. Обучение
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программой спортивной подготовки.
3.2.2	В/03.5 Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися
3.2.3	А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся
3.2.4	А/01.6 Общепедагогическая Функция. Обучение
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программой спортивной подготовки.
3.3.2	В/03.5 Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися
3.3.3	А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся
3.3.4	А/01.6 Общепедагогическая Функция. Обучение

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте факт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Волейбол, Подвижные игры, Баскетбол.</b>						
1.1	История развития волейбола /Лек/	1	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1 Э10	0	

1.2	Правила игры и особенности судейства /Пр/	1	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.3	Правила игры и особенности судейства /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.4	Общая характеристика физических качеств и способностей в волейболе /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.5	Средства развития физических качеств и способностей /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.6	Методы развития физических качеств и способностей /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.7	Классификация техники игры /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.8	Средства обучения техническим приемам волейбола /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.9	Методы обучения техническим приемам волейбола /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.10	Этапы обучения техническим приемам волейбола /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.11	Характеристика подвижных игр. Место игры в системе физического воспитания /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.12	Общая характеристика подвижных игр /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.13	Методика проведения игровых сюжетных уроков /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.14	Методика проведения подвижных игр с учащимися старших классов /Ср/	1	5	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.15	Подвижные игры в занятиях спортом /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.16	Организация и проведение соревнований по подвижным играм /Ср/	1	5	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.17	История развития баскетбола /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1 Э1 Э2 Э3	0	
1.18	Правила игры и особенности судейства /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.19	Общая характеристика физических качеств и способностей в баскетболе /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.20	Средства развития физических качеств /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.21	Методы развития физических качеств /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.22	Классификация техники игры /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	

1.23	Средства обучения техническим приемам баскетбола /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.24	Методы обучения техническим приемам баскетбола /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
1.25	Этапы обучения техническим приемам баскетбола /Ср/	1	6	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
<b>Раздел 2. легкая атлетика</b>							
2.1	Введение в легкую атлетику /Лек/	2	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1 Э6 Э7 Э8	0	
2.2	Анализ техники спортивной ходьбы, бегу на короткие дистанции, бегу на выносливость /Лек/	2	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.3	Анализ техники прыжков в высоту и длину /Пр/	2	1	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.4	Анализ техники метания гранаты /Пр/	2	1	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.5	Анализ техники и методика обучения изучаемых видов /Пр/	2	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.6	Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания: бег на выносливость /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.7	Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания: бег на выносливость /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.8	Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания: прыжки в высоту (перешагивание) /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.9	Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания: метание гранаты /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.10	Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания: бег на короткие дистанции /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.11	Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания: эстафетный бег /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.12	Техника легкоатлетических видов и методика их преподавания: прыжки в длину /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.13	Проведение отдельных частей и урока в целом /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.14	Составить комплекс упражнений для подготовительной части урока по легкой атлетике /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.15	Написать конспект урока по легкой атлетике в общеобразовательной школе /Ср/	2	14	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.16	План конспект урока физической культуры /Ср/	2	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
2.17	План по составлению упражнений в уроке /Ср/	2	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
<b>Раздел 3. Гимнастика</b>							



3.1	Введение в предмет. Определение уровня физической подготовленности /Лек/	3	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1 Э4 Э5	0	
3.2	Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях гимнастикой /Лек/	3	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.3	Характеристика гимнастической терминологии /Лек/	3	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.4	Правила записи гимнастических упражнений /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.5	Общеразвивающие упражнения как основное средство гимнастики /Пр/	3	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.6	Комплекс ОРУ с музыкальным сопровождением /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.7	Строевые упражнения на занятиях физической культурой /Пр/	3	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.8	Техника выполнения акробатических упражнений и опорного прыжка /Пр/	3	2	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.9	Методика обучения и проведения ОРУ, строевых упражнений /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.10	Техника выполнения упражнений гимнастического многоборья и прикладных упражнений /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.11	Определение уровня технической подготовленности /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.12	Урок гимнастики в средней школе /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.13	Методика занятий гимнастикой в школе /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
3.14	Особенности занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
<b>Раздел 4. Лыжная подготовка</b>							
4.1	Введение в специальность /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1 Э11 Э12	0	
4.2	История развития лыжного спорта /Ср/	3	10	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
4.3	Техника безопасности в лыжном спорте /Ср/	3	11	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
4.4	Материально-техническое обеспечение лыжного спорта /Ср/	3	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
4.5	Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам /Ср/	3	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
4.6	Основы техники лыжного спорта /Ср/	3	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
4.7	Техника классических способов передвижения на лыжах /Ср/	3	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	

4.8	конспект на тему история развития лыжного спорта в России /Ср/	3	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
4.9	передвижения на лыжах, свободным и классическим стилем /Ср/	3	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	
4.10	имитация техники лыжного спорта /Ср/	3	12	УК-7 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-13	Л1.1	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Тестовые задания по дисциплине

Теория и методика обучения базовым видам спорта (волейбол)

Инструкция. Тестирование предполагает выбор варианта ответа (ов) на поставленный вопрос, путем обведения правильного варианта кружком. Для получения «зачтено» по тестированию, необходимо набрать 80% правильных ответов.

1. Родиной волейбола считается:

- а) Россия
- б) Куба
- в) США
- г) Древняя Греция

2. Датой рождения волейбола принято считать:

- а) 1812г
- б) 1861г
- в) 1895г
- г) 1905г

3. Название игры волейбол переводится как:

- а) «мяч в воздухе»
- б) «летающий мяч»

56

в) «мяч руками»

г) «мяч через сетку»

4. Датой появления волейбола в России(СССР) считается:

- а) 1905г
- б) 1917г
- в) 1919г
- г) 1923г

5. Московский совет физкультуры разработал и утвердил первые официальные отечественные правила проведения соревнований по волейболу:

- а) 1917г
- б) 1919г
- в) 1923г
- г) 1925г

6. Центром спортивных баталий в период расцвета волейбола в нашей стране был:

- а) Московский зоопарк
- б) Центральный парк культуры и отдыха им. А.М. Горького
- в) Государственный центральный ордена Ленина институт физической культуры
- г) спортивный комплекс «Лужники»

7. Испытательно-квалификационной комиссией секции ручных игр скомплектован судейский корпус (36 человек) и проведен первый судейский семинар:

- а) 1923г
- б) 1929г
- в) 1934г
- г) 1939г

8. Сколько было всего проведено Всесоюзных волейбольных праздников:

- а) 2
- б) 4
- в) 6
- г) 8

9. Дебют российского волейбола на мировой арене состоялся:

- а) 1947г
- б) 1949г
- в) 1951г
- г) 1953г

10. Никогда не играл в волейбол:

- а) К. Рева

- б) Ю. Чесноков  
в) А. Долинская  
г) Г. Ахвледиани  
д) С. Кокотов  
е) В. Саввин  
ж) А. Чинилин
11. Кто из ниже перечисленных выдающихся тренеров нашей страны введен в «Мировой зал славы волейбола» (США):  
а) Вячеслав Платонов  
б) Гиви Ахвледиани  
в) Николай Карполь  
г) Олег Чехов
12. Женская команда становилась Чемпионами Олимпийских игр:  
а) 1972г  
б) 1976г  
в) 1980г  
г) 1988г
13. Мужская команда становилась Чемпионами Олимпийских игр:  
а) 1964г  
б) 1968г  
в) 1980г  
г) 1992г
14. В 1950г мужская сборная СССР под руководством А. Чинилина выигрывает первенство континента. Чем ознаменована эта победа?  
а) команда не проиграла ни одной партии в ходе турнира  
б) турнир проводился сразу после серьезных изменений в правилах игры  
в) турнир проводился по новой системе розыгрыша с участием большого числа команд
15. Какая из мужских команд впервые в 1960г добивается успеха на международной арене:  
а) «Автомобилист» (Ленинград)  
б) ЦСКА (Москва)  
в) «Радиотехник» (Рига)  
г) «Динамо» (Харьков)
16. Волейбол –  
а) циклическая командная игра  
б) ациклическая командная игра
17. Мышечная работа носит ..... характер:  
а) скоростно-силовой  
б) точно-координационный  
в) преодолевающе-взрывной  
г) выносливый
18. В волейболе физические качества условно делятся на:  
а) общие  
б) направленные  
в) специальные  
г) смежные
19. В методологии спорта существует ..... физических качеств:  
а) 3  
б) 4  
в) 5  
г) 6
20. К общим физическим качествам нельзя отнести:  
а) силу;  
б) быстроту;  
в) выносливость;  
г) гибкость;  
д) ловкость;  
е) прыгучесть.
21. К специальным физическим качествам нельзя отнести:  
а) «взрывная» сила;  
б) быстрота перемещения и прыгучесть;  
в) координационные способности;  
г) прыжковая и игровая выносливость;  
д) акробатическая и прыжковая ловкость.
22. Общая сила это - ...  
а) способность спортсмена преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий;  
б) способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.
23. Проявление мышечной силы не зависит от ...  
а) особенности организма в усваивании микро- и макроэлементов;  
б) концентрированности нервных процессов, регулирующих деятельность мышечного аппарата;

- в) физиологического поперечника мышц;  
г) биохимических процессов, происходящих в работающих мышцах, степени их утомления;  
д) биомеханических характеристик движения.
24. «Взрывная» сила это - ...  
а) способность спортсмена преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий;  
б) способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.
25. Прыгучесть это...  
а) способность волейболиста прыгать оптимально высоко для выполнения нападающих ударов, блокирования и вторых передач.  
б) способность волейболиста совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени;  
в) способность к многократному повторному выполнению прыжковых игровых действий с оптимальными мышечными усилиями;
26. Техника игры в волейбол – это ...  
а) это весь арсенал технических приемов освоенных в совершенстве для ведения игры  
б) это комплекс специальных приемов, необходимых волейболисту для успешного участия в игре  
в) это гармоничное сочетание всех элементов игры для достижения поставленной цели
27. Технический прием – это система ... .., сходных по структуре и направленных на решение однотипных задач.  
а) рациональных движений  
б) комплексных упражнений  
в) двигательных функций
28. Основными классифицирующими признаками технического приема являются: (определите ошибку)  
а) количество рук участвующих в ударном движении;  
б) место удара мячей по мячу;  
в) положение тела игрока относительно сетки;  
г) уровень функциональной подготовки.
29. Варианты техники – это ...  
а) способы и варианты выполнения технических приемов на различных этапах подготовки;  
б) конечный уровень классификации, описывающий особенности выполнения технического приема при тактической реализации.
30. Каждый технический прием представляет собой ...  
а) нечто целое, состоящее из связанных воедино частей, определенным образом взаимодействующих друг с другом;  
б) систему движений решающих одну общую задачу.
31. Части технического приема, определенным образом взаимодействующие друг с другом, называются ...  
а) микроциклами;  
б) сегментами;  
в) фазами.
32. В каждом техническом приеме выделяют три фазы  
а) вводную;  
б) подготовительную;  
в) основную (рабочую);  
г) заключительную.
33. В технических приемах, выделяют ...  
а) вводную, ударную и заключительную фазы  
б) разминающую, производную и выводную фазы  
в) подготовительную, основную(рабочую) и заключительную фазы
34. В двигательный состав каждого приема входят:  
а) исходное положение;  
б) фазы технического приема;  
в) противодействие сбивающим факторам.
35. Основной задачей начального положения, является ...  
а) создание благоприятных условий для экономии внутренних ресурсов организма  
б) создание максимальной готовности к последующему перемещению  
в) создание условий, при которых возможен 100% визуальный контроль мяча
36. В подготовительной фазе  
а) действие направлено на реализацию смысловой задачи технического приема  
б) действие направлено на создание наилучших условий для реализации смысловой задачи данного технического приема
37. В основной (рабочей) фазе  
а) действие направлено на реализацию смысловой задачи технического приема  
б) действие направлено на создание наилучших условий для реализации смысловой задачи данного технического приема
38. В заключительной фазе  
а) выполнение технического приема завершается и игрок переходит к новым действиям  
б) действие направлено на создание наилучших условий для реализации смысловой задачи данного технического приема
39. Одной из основных задач подготовительной фазы любого технического приема является:  
а) быстро адаптировать спортсмена к меняющимся условиям игры  
б) приспособление данного приема к меняющимся условиям игры
40. По классификации техника изначально делится на:  
а) технику нападения и технику защиты  
б) технику передач и технику ударов

- в) технику действий и технику противодействий
41. К технике перемещения относятся ...
- а) стартовые стойки
  - б) ходьба, бег
  - в) скачок
  - г) прыжки
42. Основная задача стартовой стойки...
- а) приобретение максимальной готовности к перемещению
  - б) занять статичное положение в определенной зоне на площадке
43. Для чего игрок принимает неустойчивое положение
- а) чтобы легко начать движение
  - б) чтобы быстро среагировать на мяч
44. Устойчивая стойка – это...
- а) такая стойка, при которой ОЦТ тела игрока проецируется между ног на середине площади опоры
  - б) такая стойка, при которой вес тела игрока приходится на 1/3 пяточной области стопы
45. В чем отличие устойчивой от основной стойки
- а) ОЦТ тела
  - б) наклон корпуса
  - в) положение рук
  - г) расположение стоп на площади опоры
46. Виды шагов используемых волейболистами (определите ошибку)
- а) обычный шаг
  - б) шаг с подскоком
  - в) приставной шаг
  - г) скрестный шаг
47. Скачок – это...
- а) широкий шаг с безопорной фазой
  - б) широкий шаг с опорой на ногу
48. К технике владения мячом относятся ...
- а) блок
  - б) подача
  - в) передача
  - г) нападающий удар
49. К технике противодействий относятся ...
- а) удар по переходящему мячу
  - б) прием мяча
  - в) блок
50. Подача – это...
- а) технический прием, с помощью которого мяч вводится в игру
  - б) все действия, в результате которого мяч направляется на сторону соперника
51. Способы выполнения передач
- а) подача «крюком»
  - б) подача боком
  - в) верхняя прямая подача в прыжке с разбега
  - г) подача «свеча»
52. В чем отличие нижней боковой от верхней боковой подачи
- а) положение ног относительно ОЦТ
  - б) стартовая стойка
  - в) место встречи руки с мячом
53. Передача – это...
- а) технический прием, с помощью которого мяч направляется выше верхнего края сетки для выполнения нападающего удара
  - б) технический прием, позволяющий оставить мяч в игре после нападающих действий соперника
54. Виды передач(3):
- а) передача двумя руками сверху
  - б) передача в одной рукой сверху
  - в) передача двумя руками снизу
  - г) передача мяча сверху в прыжке двумя руками сверху
55. Главная техническая задача передач – это...
- а) выполнить передачу в заданную точку или с минимальной погрешностью;
  - б) обеспечить наилучшие условия для действий атакующего игрока при выполнении им нападающих ударов.
56. По скорости полета мяча передача подразделяются на...
- а) взвешенные (не более 1-2 м/с);
  - б) медленные (до 10 м/с);
  - в) ускоренные (до 16 м/с);
  - г) скоростные (более 16 м/с).
57. Нападающий удар – это ...
- а) технический прием атаки, заключающийся в перебивании мяча одной рукой на сторону соперника выше верхнего края

сетки;

б) технический прием, в обязательном выполнении одной рукой, для отправления мяча на сторону соперника.

58. Выделяют два способа выполнения нападающего удара

а) с укороченных передач и отведенных от сетки

б) с переводом вправо и влево

в) прямой и боковой

Подвижные игры

Инструкция. Тестирование предполагает выбор варианта ответа (ов) на поставленный вопрос, путем обведения правильного варианта кружком. Для получения «зачтено» по тестированию, необходимо набрать 80% правильных ответов.

1. КТО ВПЕРВЫЕ РАЗРАБОТАЛ ТЕОРИЮ О ТОМ, ЧТО ИГРА – ДИТЯ ТРУДА?

А. Фучик Ю.

Б. Вунд В.

В. Плеханов Г.В.

Г. Макаренко А.С.

2. ИСТОЧНИКОМ ПРОИСХОЖДЕНИЯ ИГРЫ У ЖИВОТНЫХ ЯВЛЯЮТСЯ:

А. Отражение окружающего мира

Б. Инстинктивные приспособительные действия

В. Желание двигаться

Г. Дрессировка

3. ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ОСНОВНЫМ СОДЕРЖАНИЕМ ИГР В МЛАДЕНЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ?

А. Жизнь близкого ребенку человека

Б. Окружающий мир

В. Социальные взаимодействия людей

Г. 1-я и 2-я сигнальная система

4. КТО ИЗ ПЕДАГОГОВ СКАЗАЛ, ЧТО МЕЖДУ ИГРОЙ И ТРУДОМ БОЛЬШОЙ РАЗНИЦЫ НЕТ?

А. Плеханов Г.В.

Б. Покровский

В. Добролюбов Н.А.

Г. Макаренко А.С.

5. ХАРАКТЕРНОЙ ОСОБЕННОСТЬЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР ЯВЛЯЕТСЯ?

А. Подвижность

Б. Естественные движения

В. Двигательные действия, мотивированные ее сюжетом

Г. Форма и содержание

6. ИГРОВОЙ МЕТОД ИСПОЛЬЗУЮТ ДЛЯ:

А. Комплексного совершенствования движений в усложненных условиях

Б. Для развлечения и веселья

В. Для упрощения условий выполнения упражнений

Г. Для снижения нагрузки

7. В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ДВА ОСНОВНЫХ ВИДА ПОДВИЖНЫХ ИГР:

А. С предметами и без них

Б. Творческие (свободные) и организованные

В. Сложные и простые

Г. Командные и индивидуальные

8. ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ГЛАВНЫМ СОДЕРЖАНИЕМ ПОДВИЖНЫХ ИГР?

А. Разнообразные движения и действия играющих

Б. Активный отдых

В. Благоприятное влияние на нервную систему

Г. Правила

9. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ СПОСОБСТВУЮТ:

А. Всестороннему развитию ребенка

Б. Интеллектуальному развитию

В. Развитию сердечнососудистой и дыхательной систем организма

Г. Физическому развитию

10. КАКИЕ ИГРЫ ИМЕЮТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ?

А. Игры, родственные по двигательной структуре отдельным видам спорта

Б. Игры, большой интенсивности

В. Воспитывается стереотип движения

Г. Игры на внимание

11. В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА РАЗВИВАЮТСЯ:

А. Комбинированно

Б. Последовательно

В. Комплексно

Г. Не развиваются

12. КТО ИЗ ПЕДАГОГОВ СКАЗАЛ, ЧТО С ПОМОЩЬЮ ИГРЫ МОЖНО ВОСПИТАТЬ НАСТОЯЩЕГО КОММУНИСТА, А МОЖНО ЗВЕРЯ?

А. Крупская Н.К.

Б. Макаренко А.С.

- В. Ушинский К.Д.  
Г. Фучик Ю.
13. КТО СОЗДАЛ НАУЧНООБОСНОВАННУЮ СИСТЕМУ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ?  
А. Семашко Н.В.  
Б. Лесгафт П.Ф.  
В. Луначарский А.В.  
Г. Соловейчик С.
14. КТО РАЗРАБОТАЛ МЕТОДИКУ РУКОВОДСТВА ИГРАМИ?  
А. Марц В.Г.  
Б. Семашко В.Г.  
В. Лесгафт П.Ф.  
Г. Соловейчик С.
15. КТО ОРГАНИЧЕСКИ СВЯЗЫВАЛ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ?  
А. Марц В.Г.  
Б. Гореневский В.Г.  
В. Покровский Е.А.  
Г. Макаренко А.С.
16. КТО РАЗРАБОТАЛ МЕТОДИКУ ПРЕПОДАВАНИЯ ШКОЛЬНЫХ ИГР?  
А. Марц В.Г.  
Б. Лесгафт П.Ф.  
В. Макаренко А.С.  
Г. Крупская Н.К.
17. КТО РАЗРАБОТАЛ КЛАССИФИКАЦИЮ ШКОЛЬНЫХ ИГР?  
А. Лесгафт П.Ф.  
Б. Крупская Н.К.  
В. Сухомлинский В.А.  
Г. Макаренко А.С.
18. КТО ИЗ ПЕДАГОГОВ СЧИТАЛ, ЧТО ИГРА ОДНО ИЗ ДЕЙСТВЕННЫХ СРЕДСТВ ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ К ТРУДУ?  
А. Крупская Н.К.  
Б. Покровский Е.А.  
В. Корчак Я.Н.  
Г. Макаренко А.С.
19. КАК ПОНЯТЬ «ИГРА» - СОЦИАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ?  
А. Многообразная деятельность общества  
Б. Отражает действительность жизни общества  
В. Игра- полезное средство воспитания детей  
Г. Игра – очень эмоциональная деятельность
20. КАК ВЫ ПОНИМАЕТЕ «ЗАНЯТИЯ ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ВОСПИТЫВАЮЩИМИ ПО ХАРАКТЕРУ»?  
А. Педагог определенным образом организует поведение играющих  
Б. Развитие физических качеств  
В. Проведение теоретических занятий  
Г. Проведение эстафет
- II. ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР.
1. ВЫБОР ИГРЫ ЗАВИСИТ ОТ?  
А. Задач урока  
Б. Разметки площадки  
В. От постоянного места проведения  
Г. От принципа активности и сознательности
2. ВЫБОР ИГРЫ ЗАВИСИТ ОТ?  
А. Принципа активности  
Б. Принципа сознательности  
В. Возрастных особенностей  
Г. Разметки площадки
3. ВЫБОР ИГРЫ ЗАВИСИТ ОТ?  
А. Разметки площадки  
Б. Принципа сознательности  
В. Физической подготовленности  
Г. Принципа активности
4. КТО ПРОВОДИТ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ИГРЫ?  
А. Учитель, проводящий игру  
Б. Завуч школы  
В. Учитель-коллега  
Г. Директор школы
5. КАК МОЖНО ИЗМЕНИТЬ ДОЗИРОВКУ В ИГРЕ?  
А. Увеличить или уменьшить количество водящих  
Б. Выводить из игры более слабых учащихся  
В. Тепло одеться

- Г. Давать проигравшим штрафные очки
6. КАК УВЕЛИЧИТЬ НАГРУЗКУ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЭСТАФЕТ?
- А. Увеличить количество команд  
Б. Установить кратковременные перерывы  
В. Разбирать ошибки  
Г. Удалять более слабых учащихся
7. ТРЕБОВАНИЯ К ОКОНЧАНИЮ ИГРЫ?
- А. Предупреждать об опасности  
Б. Предупреждать о возможных ошибках  
В. Предупреждать о предстоящем перестроении  
Г. Предупреждать об окончании игры
8. КОГДА МОЖНО ПРЕКРАТИТЬ ИГРУ?
- А. Когда появляются первые признаки утомления  
Б. Когда истекло время игры  
В. Когда сменится водящий  
Г. Когда водящим побудет как можно больше учащихся.
9. СПОСОБЫ ВЫБОРА КАПИТАНОВ КОМАНД?
- А. Выбирают сами играющие  
Б. Выбирают по сговору  
В. Путем маршировки  
Г. Путем расчета
10. КОГДА ВЫБИРАЮТ ИЛИ НАЗНАЧАЮТ КАПИТАНОВ?
- А. До начала игры  
Б. Когда составлены команды  
В. После проигрыша команды  
Г. Когда выделены помощники
11. ТРЕБОВАНИЯ К СУДЕЙСТВУ ИГРЫ?
- А. Субъективность  
Б. Пристрастность  
В. Объективность  
Г. Безразличие
12. ПРАВИЛЬНОЕ СУДЕЙСТВО ИГРЫ СПОСОБСТВУЕТ:
- А. Воспитанию честности и уважения к правилам  
Б. Желанию побеждать  
В. Желанию обыграть соперника  
Г. Воспитанию самостоятельности
13. ВЫБОР ИГРЫ ЗАВИСИТ ОТ:
- А. Разметки площадки  
Б. Принципа сознательности  
В. Формы занятия  
Г. Принципа активности
14. СПОСОБЫ РАЗДЕЛЕНИЯ НА КОМАНДЫ:
- А. По принципу доступности  
Б. По наличию инвентаря  
В. По выбору капитанов  
Г. Зависит от состояния здоровья
15. СПОСОБЫ ВЫБОРА КАПИТАНОВ КОМАНД:
- А. Назначает руководитель  
Б. Путем расчета  
В. По сговору  
Г. Путем маршировки
16. КАКОЙ ИЗ СПОСОБОВ РАЗДЕЛЕНИЯ НА КОМАНДЫ ИМЕЕТ ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ?
- А. По расчету  
Б. Путем маршировки  
В. По сговору  
Г. По назначению капитанов.
17. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ РУКОВОДИТЕЛЯ ИГРЫ:
- А. Укреплять здоровье учащихся  
Б. Проводить как можно больше игр  
В. Поддерживать связь с родителями  
Г. Поддерживать связь с классными руководителями
18. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ РУКОВОДИТЕЛЯ:
- А. Проводить как можно больше соревнований  
Б. Содействовать овладению жизненно-необходимыми двигательными навыками.  
В. Проводить одни и те же игры, чтобы учащиеся их запомнили  
Г. Подбирать игры в зависимости от окружающей действительности
19. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ РУКОВОДИТЕЛЯ ИГРЫ:
- А. Прививать учащимся организаторские навыки



- Б. Поддерживать связь с классными руководителями  
В. Дать максимальную нагрузку в игре.  
Г. Развлечь учащихся
20. КАКИЕ ОШИБКИ МОГУТ ВСТРЕТИТЬСЯ В РАБОТЕ РУКОВОДИТЕЛЯ?  
А. Правильный рассказ  
Б. Логичность рассказа  
В. Четкое руководство игрой  
Г. Руководитель подходит к играющим без учета настроения аудитории
21. КАКИЕ ОШИБКИ МОГУТ ВСТРЕТИТЬСЯ В РАБОТЕ РУКОВОДИТЕЛЯ ИГРОЙ?  
А. Конкретность объяснения  
Б. Последовательный рассказ  
В. Медлительность  
Г. Логичность объяснения
22. КАКИЕ ОШИБКИ МОГУТ ВСТРЕТИТЬСЯ В РАБОТЕ РУКОВОДИТЕЛЯ ИГРЫ?  
А. Логичность объяснения  
Б. Конкретность объяснения  
В. Частые остановки игры  
Г. Четкое руководство игрой
23. КТО ИЗ ПЕДАГОГОВ СКАЗАЛ: «МЫ ЗНАЕМ, ЧТО ДЕТИ УЧАТСЯ НЕ ТОЛЬКО НА УЧЕБЕ, НО ЧТО В ПРОЦЕССЕ ИГРЫ ОНИ УЧАТСЯ ОРГАНИЗОВЫВАТЬСЯ, УЧАТСЯ УЗНАВАТЬ ЖИЗНЬ»?  
А. Сухомлинский В.А.  
Б. Крупская Н.К.  
В. Корчик Я.  
Г. Макаренко А.С.
24. ЧТО СПОСОБСТВУЕТ РАЗВИТИЮ ОРГАНИЗАТОРСКИХ НАВЫКОВ И ЗНАНИЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПОДВИЖНЫХ ИГР?  
А. Знания правил  
Б. Использование отдельных ролей в игре  
В. Знание содержания игры  
Г. Использование инвентаря в игре
25. КАКИЕ ИГРЫ ИМЕЮТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ?  
А. Игры, в которые играют по желанию  
Б. Игры с набивными мячами  
В. Игры с элементами гимнастики  
Г. Игры, родственные по двигательной структуре отдельным видам спорта
- III. ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПОДВИЖНЫХ ИГР
1. ДЛЯ КАКОГО КЛАССА ХАРАКТЕРНО СЮЖЕТНО-ОБРАЗНОЕ ОБЪЯСНЕНИЕ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ?  
А. 2  
Б. 1  
В. 3  
Г. 4
2. С КАКОГО КЛАССА МОЖНО ДАВАТЬ ИГРЫ С НЕЗНАЧИТЕЛЬНЫМИ СИЛОВЫМИ НАПРЯЖЕНИЯМИ?  
А. 4  
Б. 6  
В. 3  
Г. 7
3. ПОЧЕМУ ИГРЫ В 1-М КЛАССЕ В ОСНОВНОМ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ?  
А. Незначительный двигательный опыт  
Б. Не умеют вести себя в коллективе  
В. Отсутствие воли к победе  
Г. Отсутствуют для данного возраста коллективные игры
4. С КАКОГО КЛАССА НАЧИНАЕТСЯ ШИРОКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ КОМАНДНЫХ ИГР?  
А. 4  
Б. 7  
В. 5  
Г. 3
5. КАКИЕ ИГРЫ ЛЮБЯТ ПОДРОСТКИ?  
А. В которых каждый может наилучшим способом показать свои личные возможности и использовать их в интересах своего коллектива  
Б. В которых проявляются скоростно-силовые способности  
В. Игры на внимание  
Г. Игры на координацию движений
6. В КАКОМ ВОЗРАСТЕ ДЕТИ НАЧИНАЮТ ПОНИМАТЬ, ЧТО В ИГРАХ ВСЕ УСЛОВНО?  
А. 10-12 лет  
Б. 14  
В. 15-16  
Г. 9
7. С КАКОГО ВОЗРАСТА В КОМАНДАХ ДОЛЖНО БЫТЬ РАВНОЕ КОЛИЧЕСТВО МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК?

- А. 10  
Б. 11  
В. 12  
Г. 13
8. ДЛЯ РАЗВИТИЯ КАКИХ КАЧЕСТВ В МЛАДШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ НАДО ДЕЛИТЬ КОМАНДУ ПО ПОЛУ?  
А. Скоростно-силовых  
Б. Выносливость с сопротивлением  
В. Координацию движений  
Г. Быстроту, ловкость
9. В КАКОМ ВОЗРАСТЕ ШИРОКО ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ИГРЫ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ К СПОРТИВНЫМ?  
А. 13-15  
Б. 7  
В. 11-12  
Г. 9
10. В КАКОМ КЛАССЕ ОТПАДАЕТ СЮЖЕТНОСТЬ В ИГРАХ?  
А. 7-8классе  
Б. 10 класс  
В. 5-6 класс  
Г. 4 класс
11. ОСНОВНОЕ МЕСТО В 15-17 ЛЕТ ЗАНИМАЮТ?  
А. Подготовительные игры  
Б. Спортивные игры  
В. Подводящие игры  
Г. Деловые игры
12. В 15-17 ЛЕТ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ЯВЛЯЮТСЯ?  
А. Основным средством  
Б. Вспомогательным средством  
В. Посредственное средство  
Г. Непосредственное средство
13. СПОСОБЫ ВЫБОРА ВОДЯЩИХ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ В 1-М КЛАССЕ  
А. По жребию  
Б. По считалке  
В. По желанию учащихся  
Г. По выбору играющих
14. НАЧИНАЯ С КАКОГО КЛАССА УЧИТЕЛЬ ОБРАЩАЕТСЯ К УЧАЩИМСЯ «РЕБЯТА»?  
А. 3  
Б. 4  
В. 7  
Г. 2
15. КАКИЕ ИГРЫ ЖЕЛАТЕЛЬНО ПРЕДЛАГАТЬ ВСЕМУ КЛАССУ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 10-11 КЛАССАХ?  
А. Эстафеты  
Б. Близкие к спортивным  
В. Подводящие  
Г. Аттракционы
16. КАКОЙ ХАРАКТЕР НОСЯТ ИГРЫ В 10-11 КЛАССАХ?  
А. Основной  
Б. Индивидуальный  
В. Вспомогательный  
Г. Групповой
17. ИСПОЛЬЗУЯ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА УРОКАХ В 10-11 КЛАССАХ, УЧАЩИЕСЯ ПРИВЫКАЮТ:  
А. Владеть инвентарем, используемым в игре  
Б. Помнить о технике безопасности  
В. Правильно применять приобретенные навыки в неожиданно складывающейся обстановке  
Г. Развлекаться
18. КАКАЯ ЗАДАЧА СТОИТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 10-11 КЛАССАХ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ПОДВИЖНЫХ ИГР?  
А. Совершенствовать навыки, приобретенные на занятиях различными видами спорта  
Б. Не спорить друг с другом  
В. Знакомиться с другими видами спорта  
Г. Воспитывать смелость
19. КАКАЯ ЗАДАЧА СТОИТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 10-11 КЛАССАХ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ПОДВИЖНЫХ ИГР?  
А. Не спорить друг с другом  
Б. Знакомиться с другими видами спорта  
В. Приучать учащихся действовать наиболее целесообразно в различных ситуациях игры  
Г. Воспитывать быстроту

**IV. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ВО ВНЕУРОЧНОЙ И ВО ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЕ С УЧАЩИМИСЯ****1. ГДЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОВОДИТЬ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ?**

- А. В рекреации
- Б. На местности
- В. В зале
- Г. В помещении

**2. КАКИЕ ИГРЫ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОВОДИТЬ В ДОМАХ ТВОРЧЕСТВА, ЮНОШЕСТВА И МОЛОДЕЖИ?**

- А. Игры-аттракционы
- Б. Линейные эстафеты
- В. Гонки
- Г. Круговые эстафеты

**3. КАКОЙ ХАРАКТЕР НОСЯТ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОВОДИТЬ В ДОМАХ ТВОРЧЕСТВА, ЮНОШЕСТВА И МОЛОДЕЖИ?**

- А. Индивидуальный
- Б. Групповые
- В. Массовые
- Г. Переходные к командным

**4. ХАРАКТЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ПОДВИЖНОЙ ПЕРЕМЕНЕ:**

- А. Игры большой интенсивности
- Б. В игре от начала до конца должны играть все учащиеся школы
- В. Из игры можно выйти и войти, это не повлияет на ход игры
- Г. Игры-поединки

**5. ЗА СКОЛЬКО МИНУТ ДО НАЧАЛА УРОКА ДОЛЖНА ЗАКАНЧИВАТЬСЯ «ПОДВИЖНАЯ ПЕРЕМЕНА»?**

- А. 30 секунд
- Б. 1 минута
- В. 2 минуты
- Г. 10 минут

**6. МОГУТ ЛИ ДЕТИ, ПОДРОСТКИ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОРГАНИЗОВЫВАТЬ ИГРЫ В ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ?**

- А. Не могут
- Б. Обязательно должен быть руководитель
- В. Под присмотром вожатых
- Г. Могут

**7. ОБЯЗАТЕЛЬНО ЛИ ПРОВОДИТЬ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ГРУППАХ ПРОДЛЕННОГО ДНЯ?**

- А. Обязательно
- Б. По желанию учителя
- В. Не обязательно
- Г. По желанию детей.

**8. ЯВЛЯЮТСЯ ЛИ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ГРУППАХ ПРОДЛЕННОГО ДНЯ ПРОДОЛЖЕНИЕМ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ?**

- А. являются продолжением урока физической культуры
- Б. не являются продолжением урока физической культуры
- В. Не обязательно являются продолжением урока физической культуры
- Г. Играют по желанию учащихся

**IV. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО КОМПЛЕКСУ ПОДВИЖНЫХ ИГР.****1. КОМУ ПРИНАДЛЕЖИТ ИДЕЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ?**

- А. Марцу В.Г.
- Б. Макаренко А.С.
- В. Геллеру Е.М.
- Г. Сухомлинскому В.А.

**2. В КАКОМ ГОДУ ПРИНЯТО ПОСТАНОВЛЕНИЕ «О ВСЕСОЮЗНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ ПИОНЕРОВ И ШКОЛЬНИКОВ ПО ИГРАМ И ЭСТАФЕТАМ НА ПРИЗ КЛУБА «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»?**

- А. 1936
- Б. 1920
- В. 1962
- Г. 1973

**3. ОТМЕТЬТЕ ОСНОВНОЙ ДОКУМЕНТ, РАСКРЫВАЮЩИЙ УСЛОВИЯ И СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ:**

- А. Положение
- Б. Договор
- В. Пакт
- Г. Согласие

**4. КАКОЙ ПУНКТ В ПОЛОЖЕНИИ ЯВЛЯЕТСЯ ОСНОВОПОЛАГАЮЩИМ?**

- А. Цели и задачи соревнований
- Б. Определение победителей
- В. Заявки
- Г. Награждение

**5. КАКИМ ИГРАМ ОТДАЮТ ПРЕДПОЧТЕНИЕ УЧАЩИЕСЯ 1-3 КЛАССОВ (7-9 ЛЕТ)?**

- А. Игры с бегом, метаниями, прыжками

- Б. Перетягиванием  
В. С элементами натуживания  
Г. С элементами волейбола
6. КАКИМ ИГРАМ НАДО ОТДАВАТЬ ПРЕДПОЧТЕНИЕ В 1-3 КЛАССАХ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ?  
А. Для развития ловкости и быстроты  
Б. Для развития силы  
В. Для развития скоростно-силовой подготовки  
Г. Для развития прыжковой выносливости.
7. КАКИЕ ИГРЫ ХАРАКТЕРНЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 10-12 ЛЕТ (4-6 КЛАСС) ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ?  
А. Игры с метанием и бросками тяжелых предметов  
Б. Игры с сочетанием нескольких видов движений  
В. Игры на развитие скоростной выносливости  
Г. Игры с ловлей и передачей мяча и мелких предметов
8. РАЗВИТИЮ ЧЕГО СЛЕДУЕТ ОТВОДИТЬ МЕСТО В ИГРАХ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 13-14 ЛЕТ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СОРЕВНОВАНИЙ?  
А. Быстроты  
Б. Гибкости  
В. Игры с проявлением ловкости и скоростно-силовых качеств  
Г. Прыжковой выносливости
9. ГЛАВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ИГР ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 13-14 ЛЕТ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СОРЕВНОВАНИЙ:  
А. Бег с преодолением препятствий  
Б. С элементами плавания  
В. С элементами акробатики  
Г. С элементами художественной гимнастики
10. ТРЕБОВАНИЯ К ИГРАМ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 15-16 ЛЕТ:  
А. Точность выполнения приемов  
Б. Многократность повторений  
В. Большие силовые нагрузки  
Г. Раздельное участие в соревнованиях девушек и юношей
11. КАКОЙ ПРОЦЕНТ ВРЕМЕНИ ОТВОДИТСЯ ЭСТАФЕТАМ СРЕДИ ДРУГИХ ИГР В СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ?  
А. 30%  
Б. 50%  
В. 10%  
Г. 40%
12. СКОЛЬКО ВРЕМЕНИ ДОЛЖНО ЗАНИМАТЬ ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ?  
А. 30-40 мин.  
Б. 45 мин.  
В. 45-50 мин.  
Г. 1.5-2 часа
13. СОДЕРЖАНИЕ ИГР ВО ВТОРОЙ ЧАСТИ КОМПЛЕКСА ПОДВИЖНЫХ ИГР?  
А. На развитие быстроты  
Б. На развитие выносливости  
В. На внимание, с элементами ОРУ  
Г. На координацию движения
14. КАКАЯ ЧАСТЬ КОМПЛЕКСА ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ ТРЕБУЕТ ПРОЯВЛЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ?  
А. 1  
Б. 5  
В. 3  
Г. 4
15. ИГРЫ КАКОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ НЕОБХОДИМО ИСПОЛЬЗОВАТЬ В 4 ЧАСТИ КОМПЛЕКСА ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ?  
А. Игры малой и средней интенсивности  
Б. Игры большой интенсивности  
В. Игры субмаксимальной интенсивности  
Г. Игры переменной интенсивности
- V. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ.
1. НА ЭТАПЕ ОБЩЕЙ ПОДГОТОВКИ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ДЛЯ:  
А. Содействия развития всех физических качеств  
Б. Содействие развития ловкости  
В. Содействие развития специальных качеств  
Г. Содействия развития координации движений
2. МОГУТ ЛИ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ?  
А. Обязательно

- Б. Не могут  
В. Желательно  
Г. Как хочет тренер
3. В ТРЕНИРОВОЧНОМ ЗАНЯТИИ ОБЯЗАТЕЛЬНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ?  
А. Не обязательно  
Б. По желанию спортсменов  
В. Обязательно  
Г. Как считает нужным тренер
4. МОЖНО ЛИ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ПЕРЕХОДНОМ ПЕРИОДЕ?  
А. Можно  
Б. Ни в коем случае  
В. Как считает нужным тренер  
Г. По желанию спортсменов
5. НА КАКОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ В КАЧЕСТВЕ ПОДВОДЯЩИХ ИГР?  
А. Ознакомительный  
Б. Выполнения упражнения в усложненных условиях.  
В. На этапе выполнения упражнений в упрощенных условиях  
Г. Закрепление в игре
6. КОГДА ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ПОЗВОЛЯЮТ МОДЕЛИРОВАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ СИТУАЦИИ?  
А. Когда технические приемы целесообразно использовать применительно к тактическим ситуациям  
Б. Когда необходимо точно выполнять технические приемы  
В. Когда необходимо рационально использовать тактические взаимодействия  
Г. Когда необходимо эффективно использовать технические приемы игры
7. КОГДА ИГРА ВЫСТУПАЕТ КАК СРЕДСТВО СРОЧНОЙ ИНФОРМАЦИИ?  
А. Надо определить объем внимания  
Б. Когда игры – тесты позволяют судить о степени развития определенных качеств  
В. Надо определить эмоциональные реакции  
Г. Когда надо определить уравновешенность нервных процессов
8. КАКИЕ ОШИБКИ МОГУТ ВСТРЕТИТЬСЯ В РАБОТЕ РУКОВОДИТЕЛЯ ИГРЫ?  
А. Правильный рассказ  
Б. Логичность рассказа  
В. Четкое руководство игрой  
Г. Руководитель подходит к играющим без учета настроения аудитории
9. КАКИЕ ОШИБКИ МОГУТ ВСТРЕТИТЬСЯ В РАБОТЕ РУКОВОДИТЕЛЯ ИГРОЙ?  
А. Конкретность объяснения  
Б. Последовательный рассказ  
В. Медлительность  
Г. Логичность объяснения
10. КАКИЕ ОШИБКИ МОГУТ ВСТРЕТИТЬСЯ В РАБОТЕ РУКОВОДИТЕЛЯ ИГРЫ?  
А. Логичность объяснения  
Б. Конкретность объяснения  
В. Частые остановки игры  
Г. Четкое руководство игрой
11. КАК ДОЛЖЕН ВЕСТИ СЕБЯ РУКОВОДИТЕЛЬ ВО ВРЕМЯ РАССКАЗА ИГРЫ?  
А. Не стоять на месте, а несколько передвигаться  
Б. Рассказывать равномерно  
В. Стоять на месте и не двигаться  
Г. Переходить от одной группы учеников к другой
12. КАК ОТВЕЧАТЬ НА ВОПРОСЫ УЧАЩИХСЯ?  
А. Отвечать отдельно каждому ученику  
Б. Отвечать всем громко  
В. Не отвечать на вопросы вообще  
Г. Отвечать, переходя от группы к группе учеников
13. КАК ДОЛЖЕН ВЕСТИ СЕБЯ РУКОВОДИТЕЛЬ ВО ВРЕМЯ РАССКАЗА ИГРЫ?  
А. Стоять на одной из границ зала  
Б. Видеть всю аудиторию  
В. Стоять в центре круга  
Г. Стоять около входной двери, чтобы учащиеся не вышли из зала

#### Баскетбол

Инструкция. Тестирование предполагает выбор варианта ответа (ов) на поставленный вопрос, путем обведения правильного варианта кружком. Для получения «зачтено» по тестированию, необходимо набрать 80% правильных ответов.

- Дата появления игры в баскетбол?  
а) 1879 г. б) 1891 г. в) 1905 г. г) 1918 г.
- Страна родоначальник игры в баскетбол?  
а) Аргентина б) Бразилия в) США г) Россия
- Дата проведения первого чемпионата СССР по баскетболу?  
а) 1920 г. б) 1922 г. в) 1923 г. г) 1925 г.
- Дата включения баскетбола в программу олимпийских игр?

- а) 1932 г. б) 1933 г. в) 1935 г. г) 1936 г.
5. В каком году была создана Международная федерация баскетбола  
а) 1918 б) 1927 в) 1932 г) 1946
6. Дата вступления советских баскетболистов в Международную федерацию баскетбола?  
а) 1945 г. б) 1947 г. в) 1949 г. г) 1951 г.
7. Дата олимпийских игр, в которых впервые приняли участие наши мужские и женские команды?  
Мужчины Женщины  
а) 1950 г. б) 1952 г. а) 1972 г. б) 1974 г.  
в) 1954 г. г) 1956 г. в) 1976 г. г) 1980 г.
8. Кто был основателем игры в баскетбол?  
а) П. Кубэртен б) Д. Нейсмит  
в) А. Варежао г) А. Гомельский
9. Как называется Международная федерация баскетбола  
а) РФБ б) НБА в) ФИБА г) МЛБ
- 10.) К какому правилу имеет отношение «средняя линия».
11. В ходе игры нападающая команда имеет право, определенное количество времени владеть мячом?  
а) 1 минута б) 30 секунд  
в) 24 секунды г) 20 секунд
12. Сколько игроков – баскетболистов могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований?  
а) 5 человек б) 10 человек в) 12 человек
13. Запрашивать тайм-ауты и замены имеет право:  
а) только тренер команды  
б) только главный тренер и капитан  
в) любой игрок, находящийся на площадке.
14. Выполняя ведение мяча и сближаясь с соперником, игрок защищает мяч...  
а) Отталкивая соперника рукой  
б) Поворачиваясь к сопернику спиной  
в) Небольшим наклоном и поворотом туловища от соперника
15. За грубое нарушение правил, за неспортивное поведение игрок получает фол. За какое количество фолов игрок выбывает из игры?  
а) Три б) Пять в) Семь
16. Играя в зоне нападения, нельзя выполнить передачу...  
а) В сторону кольца соперника  
б) В свою зону защиты  
в) Игроку в зоне штрафного броска
17. Разрешается ли игрокам играть в очках или линзах?  
а) Разрешается  
б) не разрешается  
в) разрешается под собственную ответственность.
18. Перед выполнением приемов баскетболист принимает стойку баскетболиста. Какое положение является ошибкой в данной стойке?  
а) Одна нога выставлена вперед  
б) Ноги расставлены на ширину плеч  
в) Ноги выпрямлены в коленях  
г) Масса тела равномерно распределена на обеих ногах
19. Какие действия при обводке соперника наиболее правильны?  
а) Чередование ведения мяча правой и левой рукой  
б) Ведение мяча дальней по отношению к сопернику рукой  
в) Ведение мяча ближней по отношению к сопернику рукой
20. При ведении мяча наиболее частой ошибкой является...  
а) «Шлепание» по мячу расслабленной рукой  
б) Ведение мяча толчком руки  
в) Мягкая встреча мяча с рукой
21. При выполнении «чистого» броска баскетболист фиксирует свой взгляд...  
а) На ближнем крае кольца  
б) На дальнем крае кольца  
в) На малом квадрате на щите

## 5.2. Темы письменных работ

### Волейбол

1. Возникновение и развитие волейбола.
2. История развития волейбола до Великой Отечественной войны.
3. История развития волейбола после Великой Отечественной войны и до настоящих дней.
4. Определение техники игры.
5. Описание техники стоек.
6. Описание техники перемещений.
7. Описание техники передачи мяча двумя руками сверху в опорном положении.
8. Описание техники передачи мяча двумя руками сверху после перемещения.

9. Описание техники передачи мяча двумя руками сверху назад за голову.  
78
  10. Описание техники передачи мяча двумя руками сверху в прыжке.
  11. Описание техники верхней прямой подачи.
  12. Описание техники прямого нападающего удара по ходу.
  13. Описание техники блокирования.
  14. Последовательность обучения стойкам и перемещениям волейболиста (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  15. Последовательность обучения передаче двумя руками сверху (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  16. Последовательность обучения передаче двумя руками сверху после перемещения (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  17. Последовательность обучения передаче мяча двумя руками сверху назад за голову (методы подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  18. Последовательность обучения нижней прямой подаче (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  19. Последовательность обучения нижней боковой подаче (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  20. Последовательность обучения верхней прямой подаче (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  21. Последовательность обучения прямому нападающему удару по ходу (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  22. Последовательность обучения приему мяча двумя руками снизу (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  23. Последовательность обучения блокированию (методы, подготовительные, подводящие и специальные упражнения).
  24. Понятие тактики (определение, задачи).
  25. Классификация тактики игры в волейбол.
  26. Понятие индивидуальных, групповых и командных действий.
  27. Комбинации (определение, названия).
  28. Системы игры в нападении (определение, названия, положительные и отрицательные стороны).
  29. Системы игры в защите (определение, названия, положительные и отрицательные стороны).
  30. Сооружения и оборудование для соревнований.
  31. Участники соревнований.
  32. Игровой формат.
  33. Игровые действия.
  34. Перерывы и задержки.
  35. Игрок Либеро.
  36. Поведение участников
  37. Обязанности 1-го, 2-го судьи, секретаря, линейных судий.
- Подвижные игры
- 1 Зачем подвижные игры изучают в академии спорта?
  - 2 Определения понятий «игра», «подвижная игра», «спортивная игра», «народная игра».
  - 3 Классификация (группировка) подвижных игр.
  - 4 Отличие подвижных игр от спортивных.
  - 5 Методические особенности игры.
  - 6 Естественно-историческая основа возникновения игры.
  - 7 Теории возникновения игры.
  - 8 Социальная сущность игры.
  - 9 Общее и отличие между игрой и трудом.
  - 10 Отличие игр животных от игр человека.
  - 11 Ведущие педагоги, ученые, врачи об игре.
  - 12 Образовательное значение подвижных игр.
  - 13 Воспитательное значение подвижных игр.
  - 14 Оздоровительное значение подвижных игр.
  - 15 Характеристика подвижных игр для младшего школьного возраста.
  - 16 Характеристика подвижных игр для среднего школьного возраста.
  - 17 Характеристика подвижных игр для старшего школьного возраста.
  - 18 Методика проведения подвижных игр с младшими школьниками.
  - 19 Методика проведения подвижных игр в среднем школьном возрасте.
  - 20 Методика проведения подвижных игр в старшем школьном возрасте.
  - 21 Реализация дидактических принципов при подборе и проведении подвижных игр. Основные задачи руководителя игры.
  - 22 От чего зависит выбор игры?
  - 23 Требования к подготовке места, инвентаря для игры, разметка площадки.
  - 24 Размещение играющих и руководителя при объяснении, руководстве и подведении итогов игры.
  - 25 Требования к объяснению игры. План изложения игры.
  - 26 Способы выделения водящих.
  - 27 Способы распределения на команды.
  - 28 Наблюдение за ходом игры и поведением играющих.

- 29 Способы изменения дозировки при проведении подвижных игр.
  - 30 Требования к окончанию игры и к судейству игры.
  - 31 Место подвижных игр в содержании школьного урока с разными возрастными группами.
  - 32 Положение о проведении соревнований по подвижным играм.
  - 80
  - 33 Схема построения игрового комплекса соревнований по подвижным играм.
  - 34 Подвижные игры во внеурочных формах работы с учащимися.
  - 35 Подвижные игры в тренировочном процессе.
  - 36 Характеристика игровых уроков.
  - 37 Подвижные игры в избранном виде спорта.
- Баскетбол
1. История возникновения и развития спортивной игры баскетбол.
  2. Баскетбол в России.
  3. Дать определение понятиям техника игры, тактика игры.
  4. Классификация техники игры в баскетбол.
  5. Классификация тактики игры в баскетбол.
  6. Дать описание технического приема «передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте». Перечислить возможные ошибки.
  7. Дать описание технического приема «передача мяча одной рукой от плеча, стоя на месте». Перечислить возможные ошибки.
  8. Дать описание технического приема «передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте». Перечислить возможные ошибки.
  9. Дать описание технического приема «передача мяча двумя руками от груди в движении». Перечислить возможные ошибки.
  10. Дать описание технического приема «передача мяча одной рукой от плеча в движении». Перечислить возможные ошибки.
  11. Дать описание технического приема «бросок одной рукой от плеча, стоя на месте». Перечислить возможные ошибки.
  12. Дать описание технического приема «бросок одной рукой сверху в движении». Перечислить возможные ошибки.
  13. Дать описание технического приема «ведение мяча». Перечислить возможные ошибки.
  14. Дать описание технического приема «остановка двумя шагами, повороты плечом назад». Перечислить возможные ошибки.
  15. Дать описание технического приема «остановка прыжком, повороты плечом вперед». Перечислить возможные ошибки.
  16. Дать описание технического приема «передвижение в защитной стойке». Перечислить возможные ошибки.
  17. Основные требования к проведению урока по баскетболу.
  18. Особенности проведения урока по баскетболу.
  19. Структура урока по баскетболу. Основные педагогические задачи урока.
  20. Подготовительная часть урока (время, задачи, средства, методы).
  21. Основная часть урока (время, задачи, средства, методы).
  22. Заключительная часть урока (время, задачи, средства, методы).
  23. Дать характеристику первого этапа обучения (задачи, средства, методы).
  24. Дать характеристику второго этапа обучения (задачи, средства, методы).
  25. Дать характеристику третьего этапа обучения (задачи, средства, методы).
  26. Дать характеристику четвертого этапа обучения (задачи, средства, методы).
  27. Краткая характеристика правил игры.
  28. Обязанности судей.
  29. Методика судейства.
  30. Механика судейства.
1. Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания.
  2. Лыжный спорт и лыжная подготовка, и их характеристика.
  3. Возникновение и первоначальное применение лыж.
  4. История лыжного спорта (Зимние олимпийские игры).
  5. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения.
  6. Характеристика лыжных гонок.
  7. Лыжное двоеборье.
  8. Характеристика биатлона.
  9. Фристайл.
  10. Горные лыжи.
  11. Сноуборд.
  12. Лыжный инвентарь, подготовка и уход за ним.
  13. Структура скользящего шага (Основные действия и элементы).
1. Силы, действующие на лыжника.
  2. Классификация и терминология техники лыжного спорта.
  3. Принципы деления лыжных ходов по характеру работы рук и количеству скользящих шагов.
  4. Попеременный двухшажный ход. Техника и методика обучения.
  5. Одновременный двухшажный ход. Техника и методика обучения.
  6. Одновременный одношажный ход (основной вариант). Техника и методика обучения.
  7. Одновременный одношажный ход (скоростной вариант). Техника и методика обучения.
  8. Анализ техники спусков и методика обучения.



9. Поворот «плугом». Техника и методика обучения.
10. Поворот «упором». Техника и методика обучения.
11. Методика обучения торможения лыжами («упором», «плугом»).
12. Методика обучения технике преодоления подъемов (ступающим, скользящим шагом, «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой»).
13. Классификация соревнований по лыжному спорту. Формы зачета.
14. Состав главной судейской коллегии. Права и обязанности.
15. Состав судейских бригад на старте и на финише и их обязанности.
16. Порядок старта и проведения жеребьевки.
17. Медицинское обслуживание.
18. Документы для проведения соревнований.
1. Значение и место гимнастики в общей системе физического воспитания. Задачи гимнастики.
2. Основные средства гимнастики и их краткая характеристика.
3. Методические особенности гимнастики.
4. Спортивные виды гимнастики и их краткая характеристика.
5. Оздоровительные виды гимнастики и их краткая характеристика (лечебная, гигиеническая, производственная и ритмическая).
6. Образовательно-развивающие виды гимнастики и их краткая характеристика (основанная, атлетическая, женская, профессионально-прикладная, военно-прикладная, спортивно-прикладная).
7. Гигиенические требования и правила эксплуатации гимнастических залов.
8. Оборудование гимнастических залов и их характеристика, перечень гимнастических снарядов и их параметры.
9. Правила эксплуатации спортивных залов и оборудования.
10. Характеристика травм и причины травматизма в гимнастике.
11. Профилактика травматизма в гимнастике.
12. Роль страховки и помощи в предупреждении травм. Требования, предъявляемые к страхующему.
13. Определение понятия термин, терминология. Требования, применяемые к терминологии и правила применения терминов в гимнастике.
- 29
14. Классификация терминов в гимнастике (общие, основные и дополнительные). Правила сокращений. Способы образования терминов.
15. Характеристика основных терминов в гимнастике (стойки, сед, присед, выпад, упор, наклон, равновесие, положение рук).
16. Характеристика движений руками и ногами. Исходные положения ног и рук.
17. Значение строевых упражнений и их классификация.
18. Основные понятия строевых упражнений: строй, шеренга, колонна, дистанция, интервал, фланг, фронт.
19. Характеристика и классификация ОРУ.
20. Правила записи ОРУ (отдельного упражнения, нескольких движений, с предметами, на гимнастической скамейке, стенке и с использованием гимнастических снарядов, в парах).
21. Формы записи ОРУ. Требования к графической записи.
22. Правила составления ОРУ и методические указания к их использованию.
23. Способы обучения и проведения общеразвивающих упражнений. Регулирование физической нагрузки при занятиях общеразвивающими упражнениями.
24. Характеристика прикладных упражнений (разновидности ходьбы, бега, равновесие, лазание и перелазание, метание и ловля мячей, поднятие и переноска груза, переползание), как средства гимнастики.
25. Основы кинематики гимнастических упражнений (удержание статических поз; изменение позы (в условиях, близких к статике); вращение вокруг опоры; безопорное вращение; форсированное изменение направления вращения; изменение положения на опоре и перемещения относительно нее).
26. Классификация статических и силовых упражнений и их краткая характеристика.
27. Структура маховых упражнений и их классификация.
28. Характеристика акробатических упражнений, их классификация.
29. Задачи, средства и методика проведения частей (подготовительная, основная, заключительная) урока гимнастики.
30. Подготовка педагога к проведению урока и разработка документов планирования по гимнастике.
31. Особенности занятий гимнастикой с дошкольниками.
32. Особенности занятий гимнастикой с учащимися средней школы, учреждений общего и профессионального образования.
33. Особенности занятий гимнастикой с населением разного возраста с оздоровительной и рекреационной целью.
1. Оздоровительное, прикладное, воспитательное и образовательное значение занятий легкоатлетическими упражнениями.
2. Анализ техники бега на короткие дистанции.
3. Современное состояние легкоатлетических видов в программе Олимпийских игр (выдающиеся спортсмены нашей страны, чемпионы Олимпийских игр).
4. Анализ техники бега на средние дистанции.
5. Классификация и характеристика видов легкой атлетики.
6. Анализ техники эстафетного бега 4x100 м.
7. Анализ техники спортивной ходьбы
8. Общая характеристика беговых видов.

9. Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «фосбери-флоп».
10. Общая характеристика легкоатлетических прыжков.
11. Общая характеристика легкоатлетических метаний.
12. Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».
13. Анализ техники тройного прыжка с разбега.
14. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».
15. Анализ техники метания диска.
16. Цикл движений в беге (периоды, фазы, моменты).
17. Анализ техники толкания ядра.
- 31
18. Анализ техники метания гранаты и малого мяча.
19. Основные задачи частей техники бега.
20. Методика проведения занятий по оздоровительной ходьбе и бегу с лицами разного пола и возраста.
21. Основные задачи частей техники легкоатлетических прыжков.
22. Организация проведения и правила соревнований по бегу.
23. Основные задачи частей техники легкоатлетических метаний.
24. Организация проведения и правила соревнований по прыжкам.
25. Организация проведения и правила соревнований по метаниям.
26. Влияние занятий оздоровительной ходьбой и бегом на организм занимающихся.
27. Организация проведения и правила соревнований по кроссу.
28. Педагогический контроль и самоконтроль на занятиях оздоровительной ходьбой и бегом.
29. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике (виды соревнований, положение).
30. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при занятиях оздоровительной ходьбой и бегом.

### 5.3. Фонд оценочных средств

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля

Итоговый контроль: экзамен – 4 семестр.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Оценивается по 4-х балльной шкале. В критерии оценки компетенций по экзамену входят:

1. уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;
2. полнота и правильность ответа, степень осознанности, понимания изученного;
3. обоснованность, четкость, краткость изложения ответа;
4. ответы на дополнительные вопросы.

При проектировании ожидаемых результатов следует предусмотреть различные уровни оценки ожидаемых результатов:

- Пороговый – предполагает отражение тех ожидаемых результатов, которые определяют минимальный и достаточный набор знаний и умений для решения профессиональных задач в соответствии с уровнем квалификации.
- Стандартный – предполагает отражение сформированных заданных компетенций, позволяющих выполнять профессиональные задачи и совершенствовать квалификационную подготовку на последующих уровнях.
- Эталонный – предполагает отражение приобретенных студентом компетенций, позволяющих креативно решать профессиональные задачи, самостоятельно использовать потенциал интегрированных знаний для освоения новых областей и совершенствования уровня своей квалификационной подготовки.

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№ Уровень сложности

Глаголы для формулировки заданий Оценочные средства

1. Знание Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить

Тест Опрос устный

Письменные ответы на вопросы

Собеседование

(индивидуальное, групповое) Коллоквиум

Портфолио-коллектор

(накопительное)

2. Понимание Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить,

переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать Тест

Решение типовых ситуаций

Эссе

Портфолио оценочный

3 Применение Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать,

модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать,  
интерпретировать, разработать,  
упорядочивать выполнять, использовать,  
обнаруживать, устанавливать,  
завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть Наблюдение  
Кейс-задания

Игра ролевая

Компетентностно-ориентированные задания(КОЗ)

Практические контрольные задания (ПКЗ)

Портфолио достижений Тренажер

Расчетно-графическая работа

Метод Дельфи («мозговой атаки»)

4 Анализ Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать),

полемизировать, оспаривать, вывести,

подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать,

изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать,

выделять, отсеять, отсортировать,

измерить, разделить Кейс-задание

Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты

Проект

5 Синтез Систематизировать, собирать

(монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку,

сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать,

управлять,

организовать, спланировать,

подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать Кейс-задание

Игра деловая

Игра организационно-мыслительная

Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ)

Портфолио Проект

6 Оценка осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять (устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать Кейс-задание

Игра деловая

Игра организационно-мыслительная

Портфолио Проект

Описание шкалы оценивания Отметка «отлично» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;

- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями; - при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;

- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;

- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;

- в ответе имеют место несущественные фактические неточности; - недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета; - в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

- знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;

- при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;

- студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;

- допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;

- студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;

- в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;

- на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.

Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются

обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).

#### 5.4. Перечень видов оценочных средств

Примерный перечень оценочных средств в соответствии с иерархией целей по Блуму

№ Уровень сложности

Глаголы для формулировки заданий Оценочные средства

1. Знание Цитировать, перечислить, дать определение, изобразить, идентифицировать, составить список, назвать, указать, записать, повторить, выбрать, сформулировать, свести в таблицу, рассказать, воспроизвести, упорядочить, соотнести, отметить

Тест Опрос устный

Письменные ответы на вопросы

Собеседование

(индивидуальное, групповое) Коллоквиум

Портфолио-коллектор

(накопительное)

2. Понимание Определить, выделить, объяснить, находить различия, характеризовать, обсуждать, рассматривать в деталях, сделать сообщение, интерпретировать, сделать обзор, связать, уточнить, построить, преобразовать, расшифровать, выразить,

переформулировать, рецензировать, привести примеры, описать Тест

Решение типовых ситуаций

Эссе

Портфолио оценочный

3 Применение Применять, рассчитать, классифицировать, демонстрировать, доказать, инсценировать, модифицировать, исследовать, изменить, иллюстрировать, интерпретировать, разработать,

упорядочивать выполнять, использовать,

обнаруживать, устанавливать,

завершить, составить (отчет, план, график и т.п.), решать (задачу, проблему), раскрыть Наблюдение

Кейс-задания

Игра ролевая

Компетентностно-ориентированные задания(КОЗ)

Практические контрольные задания (ПКЗ)

Портфолио достижений Тренажер

Расчетно-графическая работа

Метод Дельфи («мозговой атаки»)

4 Анализ Анализировать, оценивать, сравнить, распределять по категориям(категорировать),

полемизировать, оспаривать, вывести,

подразделить, изобразить схематически, различать, (проводить различие), находить различия, исследовать,

изучать, применять, осуществлять эксперимент, идентифицировать, собрать сведения, резюмировать,

выделять, отсеять, отсортировать,

измерить, разделить Кейс-задание

Игра организационно-мыслительная Реферат Портфолио Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты

Проект

5 Синтез Систематизировать, собирать

(монтировать), осуществить компиляцию, производить сборку,

сочинять (писать), конструировать (придумывать), создавать, производить, разрабатывать модель, алгоритмизировать, управлять,

организовать, спланировать,

подготовить, предлагать, изобретать, обобщать, компоновать, строить, интегрировать Кейс-задание

Игра деловая

Игра организационно-мыслительная

Профессионально-исследовательские задания (ПИЗ)

Портфолио Проект

6 Оценка осуществлять оценку, убедить, выбрать, сравнивать и находить отличия, критиковать, определять

(устанавливать, принимать решение), определять стоимость, составлять мнение, градировать (разбивать на этапы), сделать вывод, соизмерять (соотносить), осуществлять ранжирование, рекомендовать (предлагать), проверять (исправлять, видоизменять), обосновать, составить мнение, прогнозировать, защищать Кейс-задание

Игра деловая

Игра организационно-мыслительная

Портфолио Проект

<p>Описание шкалы оценивания Отметка «отлично» ставится, если:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные, заданные экзаменатором;</li> <li>- студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями; - при ответе на вопросы используются данные из дополнительной литературы;</li> <li>- ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения;</li> <li>- студент демонстрирует умение вести научную дискуссию.</li> </ul> <p>Отметка «хорошо» ставится, если:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определённые затруднения в ответе на уточняющие вопросы;</li> <li>- в ответе имеют место несущественные фактические неточности; - недостаточно раскрыто содержание по одному из вопросов билета; – в ответе делаются не вполне законченные выводы или обобщения.</li> </ul> <p>Отметка «удовлетворительно» ставится, если:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания имеют фрагментарный характер, имеются определённые неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;</li> <li>- при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки;</li> <li>- студент продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.</li> </ul> <p>Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;</li> <li>- допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;</li> <li>- студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;</li> <li>- в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;</li> <li>- на большую часть дополнительных вопросов экзаменатора студент затрудняется дать ответ или даёт неверные ответы.</li> </ul> <p>Задания в рамках индикаторов достижения компетенций оцениваются в процессе текущего контроля и являются обязательными в соответствии с утверждёнными в образовательной организации порядком промежуточной аттестации (как допуск к зачёту).</p>
---

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Виноградов Г.П., Ивченко Е.А., Ивченко Е.В.	Физическая рекреация: учебник	М.: Академия, 2015
<b>6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b>			
Э1		Баскетбол. Подготовка судей [Электронный ресурс]: учеб. пособие / ред.: С.В. Чернов.— М.: Физическая культура, 2009.— 256 с.: ил. — ISBN 978-5-9746-0127-9.—	
Э2		Организация судейства в баскетболе [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / О.С. Зданович.— Соликамск: СГПИ, 2013.— 68 с. : ил.	
Э3		Роуз, Л. Баскетбол чемпионов: основы = Winning Basketball Fundamentals [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Л. Роуз.— М.: Человек, 2014.— 273 с.: ил. — Пер. с англ. — ISBN 978-5-906131-22-5.— Режим доступа:	
Э4		Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / В.А. Лепёшкин.— 2-е изд., стер. — М.: Советский спорт, 2013.— 100 с. — ISBN 978-5-9718-0694-3.— Режим доступа:	
Э5		Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко, Е.Ю. Ковыршина, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта.— Омск: Изд-во СибГУФК, 2014.— 136 с.: ил. — Режим доступа:	
Э6		Официальный сайт Всероссийской федерации легкой атлетики: Легкая атлетика России	
Э7		Международная ассоциация легкоатлетических федераций (ИААФ)	
Э8		Московский региональный центр развития ИААФ	
Э9		Олимпийский комитет России	
Э10		Электронно-библиотечная система «BOOK.ru»	
Э11		Раменская, Т.И. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.И. Раменская.— М.: РГУФКСМиТ, 2011.— 161 с.	
Э12		Нестеров, Е.Н. Методика обучения технике передвижения в лыжных гонках: учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Н. Нестеров [и др.].— Набережные Челны: КамГИФК, 2007.— 88 с.	

Э13	Современные аспекты спортивной тренировки лыжников и биатлонистов за рубежом [Электронный ресурс] : науч.-метод. пособие / Ю.В. Корягина, В.А. Аикин; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта.— Омск : Изд-во СибГУФК, 2015.— 69 с. : ил.
Э14	Бомин, В. А. Методика обучения способам передвижения на лыжах [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / В. А. Бомин, В. В. Шохирев, А. Ф. Коклимов.— Иркутск: Издательство "Мегапринт", 2014.— 159 с.: ил.
Э15	Бусарин, А.Г. Лыжная подготовка в нефизкультурном вузе [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Г. Бусарин.— Казань: Изд-во «Познание», 2007.— 220 с.
Э16	Кузнецов, В. К. Основы техники и обучение способам передвижения на лыжах [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В. К. Кузнецов, М. В. Артеменко.— Малаховка: МГАФК, 2010.— 154 с.
Э17	Иванов, Б.М. Лыжная подготовка в общеобразовательных учреждениях [Электронный ресурс]: учебное пособие / Б.М. Иванов, Е.Н. Нестеров, А.М. Ахметов.— Набережные Челны: РИО НГПИ, 2011.— 137 с.: ил.
Э18	Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки [Электронный ресурс]: утв. приказом Минспорта России от 14 марта 2013 г. № 111 / Министерство спорта Российской Федерации.— М.: Советский спорт, 2014.— 27 с. —
Э19	Аветисян, А.К. Олимпийский пьедестал России. Зимние виды спорта 1908-2010 гг. [Электронный ресурс]: справочник / А.К. Аветисян; под общ.ред.: В.Б. Сенглеева.— М.: Советский спорт, 2014.— 168 с. — ISBN 978-5-9718-0720-9.—

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Office 2010
6.3.1.2	ЭО moodle
6.3.1.3	Windows 7
6.3.1.4	Windows 8
6.3.1.5	Windows 8.1
6.3.1.6	Windows 10
6.3.1.7	DoctorWeb
6.3.1.8	ESET Endpoint Antivirus
6.3.1.9	ПО «Визуальная студия тестирования».
6.3.1.10	Adobe Reader
6.3.1.11	ABBYY finereader
6.3.1.12	chrome
6.3.1.13	yandex
6.3.1.14	opera
6.3.1.15	Microsoft office 2007

### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	консультант +
6.3.2.2	официальный сайт Российской национальной библиотеки
6.3.2.3	Диссертации и авторефераты
6.3.2.4	Google Книги
6.3.2.5	справочник химика – доступ свободный
6.3.2.6	Международная электронная энциклопедия "Википедия"
6.3.2.7	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний
6.3.2.8	Поисковая система "Google"
6.3.2.9	Поисковая система "Яндекс"

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Лекционный зал №1	Учебная аудитория	КР	Учебная аудитория для занятий лекционного типа (доска, проектор, экран, мультимедийный комплекс). Учебная мебель: рабочее место преподавателя, рабочие

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №206	Учебная лаборатория		Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (проектор,

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В процессе преподавания дисциплины «Виды рекреационной физической культуры (Волейбол, Подвижные игры, Баскетбол)» преподаватель должен владеть информацией о современном развитии волейбола, баскетбола, сущности подвижной и спортивной игры. Также ему необходимо учитывать современные тенденции техники и тактики игры, а также развития общих и специальных физических качеств, и способностей.

В процессе проведения учебной практики преподаватель должен четко знать структуру урока по физической культуре, а также критически и конструктивно анализировать проведение практических занятий студентами.

В процессе проведения теоретических занятий преподаватель должен владеть современными компьютерными и информационными технологиями в процессе объяснения учебного материала.

Для усвоения теоретического материала по дисциплине «Виды рекреационной физической культуры «Волейбол», «Подвижные игры» и «Баскетбол» студенту необходимо владеть навыками работы на персональном компьютере и осуществлять постоянную самостоятельную работу.

При подготовке к зачету особое внимание следует обратить на следующие моменты:

1. Оценка знаний производится комплексно, и это находит свое отражение в компоновке вопросов в экзаменационном билете. Таким образом, пробел знаний в одном из перечисленных ниже направлений, не позволяет «компенсировать» этот недостаток за счет высокого уровня владения остальным материалом.
- Оценка знаний на зачете осуществляется по следующим направлениям:
  - знание исторических аспектов легкоатлетических видов;
  - основы техники различных видов легкой атлетики;
  - организация и судейство соревнований по легкой атлетике;
  - проведение занятий оздоровительной ходьбой и бегом с лицами разного пола и возраста.
2. При подготовке к зачету необходимо учитывать последовательность изучения материала в ходе учебного процесса. Так прежде, чем приступить к повторению тем, касающихся, например, методики обучения технике отдельных видов легкой атлетики целесообразно вспомнить материал по основам техники легкоатлетических упражнений.
3. Целесообразно начинать подготовку к зачету с изучения собственных конспектов, лекций и методических занятий, а затем, переходить к более углубленному изучению частных вопросов, используя основную и дополнительную литературу.
4. Как показывает опыт приема зачета, следует уделить больше внимания освоению специальной терминологии. Это позволит более грамотно излагать собственные познания в области теории и методики легкой атлетики, полученные в процессе спортивно-педагогического совершенствования.
5. При подготовке вопросов касающихся современного состояния мировой и отечественной легкой атлетики рекомендуется активное использование Интернет-ресурсов (сайты Международной федерации легкой атлетики Всероссийской федерации легкой атлетики электронной библиотеки РГУФКСТ и т.п.). Результатом овладения техникой вида легкой атлетики является её демонстрация в полном объеме и выполнение практического норматива. При оценивании техники выполнения вида по пятибалльной шкале рекомендуются следующие критерии: «5» - выполнение техники вида в полном объеме. «4» - выполнение техники с незначительными ошибками «3» - выполнение техники со значительными ошибками «2» - не выполнение основ техники.

Студентам, изучающим курс гимнастики необходимо уделить особое внимание т.к. целый ряд разделов учебно-методического комплекса необходим профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту. Особое внимание уделить изучению терминологии гимнастики, строевым и ОРУ. Врачебный контроль и меры профилактики травм на занятиях гимнастикой имеют большое значение в сохранении здоровья и достижения спортивных и физкультурных результатов. Необходимо много внимания уделить внеаудиторной самостоятельной подготовке.

Современный уровень спортивных достижений повышает требования к знаниям, умениям и профессионально-педагогическим навыкам студентов, которыми они овладевают в процессе учебных занятий: лекций, методических, практических, семинарских занятий и учебной практики, педагогической практики в общеобразовательной школе и практики в ДЮСШ.

Особое внимание уделяется повышению роли самостоятельной работы студентов, овладению ими навыков практического применения изучаемого материала.

При выполнении работ предусмотренных учебной программой самостоятельно студентам следует руководствоваться рекомендациями преподавателя, лекционным материалом, литературными источниками, знаниями и умениями полученными на методических и практических занятиях, использовать информационные технологии (Интернет). Результаты работы представлять и оформлять аккуратно в указанные преподавателем сроки. Особую значимость приобретает самостоятельное изучение тем и разделов программы студентами находящимся на индивидуальных графиках обучения. Изученные самостоятельно темы и выполненные работы студенты должны сдать преподавателю во внеурочное время и получить положительную оценку.

Наивысшей формой самостоятельной работы студентов является написание выпускной квалификационной работы, в которой проявляется умение работать с литературой, анализировать и систематизировать, обсуждать, замечать и выявлять новое в методике обучения и тренировки спортсменов различного пола и подготовленности.