

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Теория и методика физической культуры и спорта

**Код модуля**  
1156186(0)

**Модуль**  
Теоретические основы деятельности в сфере  
физической культуры, адаптивного физического  
воспитания и спорта

**Екатеринбург**

Оценочные материалы составлены автором(ами):

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Еркомайшвили Ирина Васильевна	кандидат педагогических наук, доцент	Доцент	теории физической культуры

**Согласовано:**

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

**Авторы:**

- **Еркомашвили Ирина Васильевна, Доцент, теории физической культуры**

## **1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Теория и методика физической культуры и спорта**

<b>1.</b>	<b>Объем дисциплины в зачетных единицах</b>	4	
<b>2.</b>	<b>Виды аудиторных занятий</b>	Лекции Практические/семинарские занятия	
<b>3.</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	Экзамен	
<b>4.</b>	<b>Текущая аттестация</b>	Домашняя работа	4
		Реферат	1

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Теория и методика физической культуры и спорта**

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предъявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения (индикаторы)</b>	<b>Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
ПК-3 -Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	З-1 - Объясняет основные положения теории физической культуры, физиологические характеристики нагрузки, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся П-2 - Разрабатывает и применяет современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде У-1 - Выявляет анатомо-морфологические и	Домашняя работа № 2 Домашняя работа № 3 Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен

	<p>психологические особенности занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся</p>	
<p>ПК-4 -Способен разрабатывать и внедрять инновационные технологии, позволяющие реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки у людей с ОВЗ и инвалидов</p>	<p>З-1 - Проводит обзор основных инновационных технологий, позволяющих реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки у людей с ОВЗ и инвалидов  З-2 - Перечисляет психолого-педагогические основы и методики применения технических средств обучения, электронных образовательных и информационных ресурсов, дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, если их использование возможно для освоения дополнительной общеобразовательной программы  П-1 - Имеет опыт разработки инновационных технологий, позволяющие реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки у людей с ОВЗ и инвалидов  П-2 - Осуществляет методическое обеспечение адаптивного физического воспитания, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, активного отдыха, включая современные методы и инновационные технологии  У-1 - Определяет цель и задачи, реализации жизненно и профессионально важных умений и навыков у людей с ОВЗ и инвалидов  У-2 - Выбирает современные технологии реализации компетентного подхода, реабилитационные технологии в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья</p>	<p>Домашняя работа № 1  Домашняя работа № 4  Лекции  Практические/семинарские занятия  Реферат  Экзамен</p>

--	--	--

### 3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

#### 3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

<b>1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.40</b>		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>реферат</i>	3,14	100
<b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.60</b>		
<b>Промежуточная аттестация по лекциям – экзамен</b>		
<b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.40</b>		
<b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.60</b>		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	3,9	40
<i>домашняя работа</i>	3,7	20
<i>домашняя работа</i>	3,10	20
<i>домашняя работа</i>	3,12	20
<b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 1.00</b>		
<b>Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – нет</b>		
<b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.00</b>		
<b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<b>Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено</b>		
<b>Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям – нет</b>		
<b>Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено</b>		
<b>4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий –</b>		

Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям -		
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям – Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям –		

### 3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– <b>не предусмотрено</b>		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – <b>не предусмотрено</b>		

## 4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

### Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

Результаты обучения	Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам
Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов. Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения. Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

**Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням**

<b>Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)</b>				
<b>№ п/п</b>	<b>Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)</b>	<b>Шкала оценивания</b>		
		<b>Традиционная характеристика уровня</b>		<b>Качественная характеристика уровня</b>
1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

## **5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ**

### **5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля**

#### **5.1.1. Лекции**

Самостоятельное изучение теоретического материала по темам/разделам лекций в соответствии с содержанием дисциплины (п. 1.2. РПД)

#### **5.1.2. Практические/семинарские занятия**

Примерный перечень тем

1. Основы системы физической культуры. Документы, определяющие программно-нормативные основы системы физической культуры.

2. Понятие о средствах физической культуры, их характеристика.

3. Естественные силы природы и гигиенические факторы как средства физической культуры.

4. Техника физических упражнений. Основа, ведущее звено, детали техники. 13. Понятие о технике физических упражнений. Характеристики техники, их педагогическое значение.

5. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.

6. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения. Способы предупреждения и методические приемы исправления.

LMS-платформа – не предусмотрена

## **5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля**

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

### **Базовый**

#### **5.2.1. Домашняя работа № 1**

Примерный перечень тем

1. Понятие о методе, методическом приеме и методике. Классификация методов. Требования к выбору метода.

2. Методы строгорегламентированного упражнения, их классификация и характеристика.

3. Преимущества и недостатки игрового и соревновательного методов.

4. Методы разучивания двигательных действий в целом и по частям. Назначение, содержание, методические особенности методов.

5. Методы использования слова и обеспечения наглядности при занятиях физическими упражнениями.

6. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.

7. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями. Виды отдыха. Отдых как фактор оптимизации тренировочных воздействий.

Примерные задания

Дать характеристику равномерного метода спортивной тренировки: параметры, структурный след, возрастные особенности.

Дать характеристику повторного метода спортивной тренировки: параметры, структурный след, возрастные особенности.

Дать характеристику переменного метода спортивной тренировки: параметры, структурный след, возрастные особенности.

Дать характеристику кругового метода спортивной тренировки: параметры, структурный след, возрастные особенности.

Дать характеристику интервального метода спортивной тренировки: параметры, структурный след, возрастные особенности.

LMS-платформа – не предусмотрена

#### **5.2.2. Домашняя работа № 2**



Примерный перечень тем

1. Общая характеристика физических способностей. Понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация.
2. Закономерности развития физических способностей, их характеристика. Движение – ведущий фактор развития физических способностей. Зависимость развития способностей от режима двигательной деятельности. Этапность. Непрерывность и гетерохронность. Обратимость. Перенос.
3. Силовые способности. Определение, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, измерение, средства и методы развития, возрастные особенности.
4. Скоростные способности. Определение, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, измерение, средства и методы развития, возрастные особенности.
5. Выносливость. Определение, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, измерение, средства и методы развития, возрастные особенности.
6. Гибкость. Определение, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, измерение, средства и методы развития, возрастные особенности.

Примерные задания

Составить комплекс из 12 упражнений на развитие силовой выносливости с учетом возраста, пола, двигательной подготовленности для учащихся основной медицинской группы.

Составить комплекс из 12 упражнений на развитие прыжковой выносливости с учетом возраста, пола, двигательной подготовленности для учащихся основной медицинской группы.

Составить комплекс из 12 упражнений на развитие гибкости с учетом возраста, пола, двигательной подготовленности для учащихся основной медицинской группы.

Составить комплекс из 12 упражнений на развитие равновесия с учетом возраста, пола, двигательной подготовленности для учащихся основной медицинской группы.

LMS-платформа – не предусмотрена

### **5.2.3. Домашняя работа № 3**

Примерный перечень тем

1. Урок как основная форма физического воспитания.
2. Характерные черты урока по физическому воспитанию
3. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.
4. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями. Виды отдыха. Отдых как фактор оптимизации тренировочных воздействий.

Примерные задания

Подробно описать методические правила организации деятельности учащихся фронтальным способом.

Подробно описать методические правила организации деятельности учащихся групповым способом.

Подробно описать методические правила организации деятельности учащихся круговым способом.

Подробно описать методические правила организации деятельности учащихся индивидуальным способом.

LMS-платформа – не предусмотрена

#### **5.2.4. Домашняя работа № 4**

Примерный перечень тем

1. Конкретизация образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физического воспитания у детей разного возраста

2. Решение задачи приобщения школьников к здоровому образу жизни и формированию культуры здоровья.

Примерные задания

Особенности методики занятий по физическому воспитанию с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Особенности содержания занятий по физическому воспитанию с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

LMS-платформа – не предусмотрена

#### **5.2.5. Реферат**

Примерный перечень тем

1. Задачи, содержание и организация физического воспитания в загородном оздоровительном лагере.

2. Организация занятий по физической культуре в режиме дня школьника.

3. Теория и методика физической культуры как учебная и научная дисциплина.

Примерные задания

Физическое воспитание и двигательная рекреация в школах Японии.

Физическое воспитание и двигательная рекреация в школах Германии.

Физическое воспитание и двигательная рекреация в школах Норвегии.

LMS-платформа – не предусмотрена

### **5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля**

#### **5.3.1. Экзамен**

Список примерных вопросов

1. Сравнительная характеристика понятий «физическая культура» и «физическое воспитание»; «физическая культура» и «спорт»; «физическая подготовка» и «физическая подготовленность» их связь и специфические стороны.

2. методика физической культуры как наука и учебная дисциплина, ее значение для студентов и выпускников физкультурных учебных заведений.

3. Физическое упражнение как основное средство физической культуры, их классификация.

4. и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.

5. Понятие о двигательном умении и навыке, их признаки. Дидактическое значение двигательных умений. Понятие об экстраполяции.

6. Понятие о методе, методическом приеме и методике. Классификация методов. Требования к выбору метода.

7. Общая характеристика физических способностей. Понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация.

8. Силовые способности. Определение, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, измерение, средства и методы развития, возрастные особенности.

9. Гибкость. Определение, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, измерение, средства и методы развития, возрастные особенности.

10. Выносливость. Определение, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, измерение, средства и методы развития, возрастные особенности.

LMS-платформа – не предусмотрена

#### 5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения	Контрольно-оценочные мероприятия
Профессиональное воспитание	проектная деятельность	Технология самостоятельной работы	ПК-3	З-1 У-1 П-2	Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Домашняя работа № 3 Домашняя работа № 4 Лекции Практические/семинарские занятия Реферат Экзамен