

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:

Декан ФФК

*В.Г. Шилько*

В.Г. Шилько

*21*» *марта*

20 *22* г.



**Оценочные материалы дисциплины**

**Теория и методика физической культуры**  
по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль) подготовки / специализация:  
«Технологии физического воспитания и спортивного совершенствования»

Форма обучения

**Очная**

Квалификация

**Магистр**

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ОПОП

*В.Г. Шилько* Т.А. Шилько

Председатель УМК

*Ю.А. Карвунис* Ю.А. Карвунис

**Фонд оценочных средств (ФОС)** является элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования.

ФОС разрабатывается в соответствии с рабочей программой (РП) дисциплины/модуля/практики и включает в себя набор оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

### **1. Компетенции и результаты обучения, формируемые в результате освоения дисциплины/модуля/практики**

Компетенция	Код и наименование результатов обучения (планируемые результаты обучения, характеризующие этапы формирования компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения			
		Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
ОПК-7	ИОПК 7.1 Анализирует российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта.	Не владеет знаниями: российского и зарубежного опыта по развитию физической культуры и массового спорта	Частично владеет знаниями: российского и зарубежного опыта по развитию физической культуры и массового спорта	Хорошо владеет знаниями: российского и зарубежного опыта по развитию физической культуры и массового спорта	Владеет знаниями в полном объеме: российского и зарубежного опыта по развитию физической культуры и массового спорта

	<p>ИПК 2.1 Анализирует новейшие теории, интерпретации методы и технологии физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Не способен анализировать знания новейшей теории, интерпретации методов и технологий физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Способен не в полном объеме анализировать знания новейшей теории, интерпретации методов и технологий физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Способен в полном объеме анализировать знания новейшей теории, интерпретации методов и технологий физкультурно-спортивной деятельности, но допуская незначительные ошибки</p>	<p>Способен в полном объеме анализировать знания новейшей теории, интерпретации методов и технологий физкультурно-спортивной деятельности</p>
	<p>ИПК 2.2 Применяет педагогически обоснованные формы, методы и технологии физического воспитания и подготовки спортсменов.</p>	<p>Не знает основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий.</p>	<p>Знает основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий не в полном объеме.</p>	<p>Знает основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий, но допуская незначительные ошибки</p>	<p>Знает основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий.</p>

## 2. Этапы формирования компетенций и виды оценочных средств

№	Этапы формирования компетенций (разделы дисциплины/модуля/практики)	Код и наименование результатов обучения	Вид оценочного средства (тесты, задания, кейсы, вопросы и др.)
1.	Тема 1. Предмет теории и методики физической культуры и её основные понятия.	ИПК 2.1	Задание
4	Тема 2. Средства физического воспитания.	ИОПК 7.1	Тест, задание
5	Тема 3. Методы физического воспитания.	ИПК 2.1	Тест, задание
6	Тема 4. Основные стороны и методические принципы физического воспитания	ИПК 2.2	Тест, задание
7	Тема 5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.	ИПК 2.2	Тест, задание
8	Тема 6. Основы теории и методики воспитания физических качеств.	ИПК 2.2	Тест, задание
9	Тема 7. Формы построения занятий в физическом воспитании.	ИПК 2.1	Тест, задание
10	Тема 8. Планирование и контроль в физическом воспитании.	ИПК 2.2	Тест, задание
11	Тема 9. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.	ИПК 2.2	Тест, задание
12	Тема 10. Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста.	ИПК 2.1	Тест, задание
13	Тема 11. Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи.	ИПК 2.1	Тест, задание
14	Тема 12. Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся.	ИОПК 2.1	Задание
15	Тема 13. Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.	ИОПК 2.1	Задание

## 3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения

3.1. Типовые задания для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине/модулю/практике (тесты, задания, задачи, деловые игры и др.).

### Задание по теме 1.

*Результат обучения, на формирование которого направлено задание:*

*Изучить основные понятия теории физического воспитания*

*Индикатор компетенции, на формирование которого направлено задание:*

ИПК 2.1 Анализирует новейшие теории, интерпретации методы и технологии физкультурно-спортивной деятельности.

Понятие	Номер ответа	Определение
Физическая культура		1. Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также межчеловеческие отношения и нормы, присущие этой деятельности.
Физкультурное движение		2. Это вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях.
Физическое воспитание		3. Комплексный результат физической подготовки, характеризующийся повышенной работоспособностью и сформированностью двигательных навыков, необходимых в определенной деятельности либо способствующих ее освоению, степенью развития тактического мышления и уровня совершенства морально-волевых качеств.
Физическая рекреация		4. Вид культуры, содержанием которой является оптимальная двигательная деятельность, построенная на основе материальных и духовных ценностей, специально созданных в обществе для физического совершенствования человека
Физическая подготовка		5. Многообразное социальное течение, в котором осуществляется совместная деятельность людей по использованию и развитию физической культуры в обществе.
Физическая подготовленность		6. Процесс изменения биологических форм и функций организма человека, достигнутый под влиянием наследственности, окружающей среды и уровня двигательной активности.
Физическое развитие		7. Вид физической культуры: использование физических упражнений, а также видов спорта в упрощенных формах для активного отдыха людей, получения удовольствия от этого процесса, развлечения, переключения с одного вида деятельности на другой, отвлечения от обычных видов трудовой, бытовой, спортивной, военной деятельности.

Спорт		8. Процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями, необходимых в конкретной профессиональной деятельности.
-------	--	---

Задание оценивается по 5-балльной шкале. Итоговая оценка работы формируется из количества правильных ответов

Студент получает оценку в соответствии со следующими критериями:

Задание	2	3	4	5
1	задание не выполнено	в задание имеются 2 ошибки	в задание имеется 1 ошибка	задание выполнено без ошибок

Задание по теме 5. *Результат обучения, на формирование которого направлено задание:*

*Изучить этапы процесса обучения двигательному действию*

*Индикатор компетенции, на формирование которого направлено задание:*

*ИПК - 2.2* Анализирует новейшие теории, интерпретации методы и технологии физкультурно-спортивной деятельности.

Этапы обучения (названия)	Цель этапа обучения	Основные педагогические задачи этапа
		1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
		1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
		1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

Задание оценивается по 5-балльной шкале. Итоговая оценка работы формируется из количества правильных ответов

Студент получает оценку в соответствии со следующими критериями:

Задание	2	3	4	5
---------	---	---	---	---

1	задание не выполнено	в задании имеются 2 ошибки	в задании имеется 1 ошибка	задание выполнено без ошибок
---	----------------------	----------------------------	----------------------------	------------------------------

Задание по теме 7. *Результат обучения, на формирование которого направлено задание: Изучить процесс обучения двигательным действиям*

*Индикатор компетенции, на формирование которого направлено задание:*

**ИОПК - 2.2** Анализирует новейшие теории, интерпретации методы и технологии физкультурно-спортивной деятельности.

Составить методическую разработку по обучению двигательному действию

\_\_\_\_\_  
 Полное название упражнения

Общая характеристика изучаемого упражнения \_\_\_\_\_

Описание техники выполнения \_\_\_\_\_

Типичные ошибки, которые могут возникнуть при обучении \_\_\_\_\_

Методика обучения

Первый этап обучения - начальное разучивание новому двигательному действию.

Задачи: \_\_\_\_\_

Основные методы и методические приёмы обучения: \_\_\_\_\_

Средства обучения: \_\_\_\_\_

Основные действия учителя и ученика на первом этапе: \_\_\_\_\_

Второй этап обучения- углубленное разучивание двигательного действия.

Задачи: \_\_\_\_\_

Методы и методические приемы обучения: \_\_\_\_\_

Средства обучения: \_\_\_\_\_

Деятельность учителя складывается из следующего: \_\_\_\_\_

Третий этап обучения - закрепление и дальнейшее совершенствование двигательного действия:

Задачи: \_\_\_\_\_

Методы и методические приемы

обучения: \_\_\_\_\_

Средства обучения: \_\_\_\_\_

Роль учителя: \_\_\_\_\_

**КРИТЕРИАЛЬНАЯ МАТРИЦА ОЦЕНИВАНИЯ**

Критерий	Зачтено	Требуется доработка	Не зачтено
Разработать методику обучения двигательному действию	Правильно описана техника выполнения, изучаемого двигательного действия, определены средства, методы и приемы обучения	Описана техника выполнения, изучаемого двигательного действия, определены средства, методы и приемы обучения, но допущены ошибки	Задание не представлено.
Определить ошибки в технике упражнения,	Студент правильно выделил ошибки в технике упражнения,	Студент выделил ошибки в технике упражнения, возникающие при	Студент не смог выделить ошибки в технике

возникающие при обучении	возникающие при обучении	обучении, но допустил ошибки	упражнения, возникающие при обучении
--------------------------	--------------------------	------------------------------	--------------------------------------

Задание по теме 10. *Результат обучения, на формирование которого направлено задание: Изучить организацию и методические особенности физического воспитания детей школьного возраста*

*Индикаторы компетенций, на формирование которых направлены задания:*  
ИОПК 7.1 Анализирует российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта.

Провести обзор и анализ научных публикаций по изучаемой теме, подготовить доклад и презентацию, сделать сообщение на практическом занятии.

Примерные темы для составления доклада:

1. Формирование ценностных ориентации школьников на физическую культуру и спорт.
2. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности.
3. Характеристика основных компонентов здорового образа жизни.
4. Средства физической культуры в повышении функциональных возможностей организма.
5. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
6. Современные популярные оздоровительные системы физических упражнений.
7. Методики применения средств физической культуры для направленной коррекции телосложения.
8. Методика составления индивидуальных программ физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.
9. Основы психического здоровья и психосоматическая физическая тренировка (профилактика неврозов, аутогенная тренировка, самовнушение и т. п.)
10. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.
11. Цели, задачи и средства спортивной подготовки.
12. Самоконтроль в процессе физического воспитания.
13. Повышение иммунитета и профилактика простудных заболеваний.
14. Физическая культура в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.
15. Физическая культура в профилактике опорно-двигательного аппарата.
16. Способы улучшения зрения.
17. Методика обучения плаванию (способы «кроль» и «брасс»).
18. Средства и методы воспитания физических качеств.
19. Лыжная подготовка в системе физического воспитания (основы техники передвижения, способы лыжных ходов, преодоление подъемов и спусков, подбор инвентаря).
20. Легкая атлетика в системе физического воспитания (техника ходьбы, бега, прыжков, метаний).
21. Методика обучения школьников игре в баскетбол (азбука баскетбола, элементы техники, броски мяча). Организация соревнований.
22. Методика обучения школьников игре в волейбол (азбука волейбола, передачи, нападающий удар). Организация соревнований.
23. Методика обучения школьников игре в футбол (азбука футбола, техника футбола, техника игры вратаря). Организация соревнования!..
24. Организация физкультурно-спортивных мероприятий («Положение», алгоритм, принципы, системы розыгрыша, первенства, спартакиады).
25. Организация и методы проведения подвижных игр (подбор игр, требования к организации, задачи руководителя и т. д.)



26. Организация соревнований по эстафетному бегу (круговая, встречная, линейная, комбинированная, эстафета «Веселые старты»).
27. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям.
28. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
29. Особенности занятий избранным видом спорта.
30. Основы профессионально-прикладной физической подготовки будущего специалиста.
31. Основные формы и методы работы по физической культуре и спорту в детском оздоровительном лагере.
32. Основы и организация школьного туризма.
33. Организация и проведение туристических соревнований, туристических слетов.
34. Характеристика внеурочных форм занятий (гимнастика до занятий, физкультминутки, динамичные перемены, спорт-час).
35. Внеклассные занятия физическими упражнениями (организация и содержание работы школьного КФК, организация спортивных праздников, дней здоровья и т. д.)

### КРИТЕРИАЛЬНАЯ МАТРИЦА ОЦЕНИВАНИЯ

Критерий	Зачтено	Требуется доработка	Не зачтено
Составить доклад и презентацию	Доклад и презентация представлены	Представлен доклад (презентация не сделана)	Задание не представлено.

**3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике (содержащие комплект экзаменационных вопросов и заданий для экзамена и др.)**

#### Примеры тестовых заданий

##### Тестовое задание №1

Организованный процесс передачи и усвоения систем специальных знаний и двигательных действий, направленных на физическое и психическое совершенствование человека, называется:

- а) обучаемостью;
- б) физической подготовкой;
- в) обучением;
- г) физическим воспитанием.

##### Тестовое задание №2

Умения самостоятельно решать новые двигательные задачи в меняющихся условиях деятельности:

- а) знания;
- б) практический опыт;
- в) умения высшего порядка;
- г) навык.

##### Тестовое задание №3.

Явление при котором формирование одних двигательных навыков может оказать определенное влияние на усвоение других навыков:

- а) стабилизация динамического стереотипа;
- б) концентрация нервных процессов;

в) положительный перенос навыков;

г) взаимодействие навыков.

**Тестовое задание №4.**

Степень владения двигательным действием, при котором управление движениями происходит под контролем сознания за основой техники, называют:

а) двигательным навыком;

б) двигательным умением;

в) двигательной одаренностью;

г) двигательным мастерством.

**Тестовое задание №5.** Характерными признаками двигательного умения являются:

а) автоматизированность и экономичность;

б) прочность запоминания недостаточно высока, повышена отрицательная роль сбивающих фактор;

в) слитность движений;

г) совершенная координация.

**Тестовое задание №6.** Основным отличительным признаком двигательного навыка является:

а) нестабильность в выполнении двигательного действия;

б) постоянная сосредоточенность внимания на технике выполнения двигательного действия;

в) автоматизированность управления двигательного действия;

г) неустойчивость к действию сбивающих факторов (встречный ветер, дождь, шум в зале).

**Тестовое задание №7.** Второй этап структуры процесса обучения называется:

а) углубленного разучивания;

б) совершенствования;

в) закрепления;

г) начального разучивания.

**Тестовое задание №8.** Основным условием положительного переноса навыков является:

а) наличие структурного сходства в главных фазах техники;

б) наличие структурного сходства в деталях техники;

в) высокий уровень физической подготовки;

г) соблюдение принципа сознательности и активности

**Экзаменационные вопросы по дисциплине «Теория и методика физического воспитания»**

1. Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина
2. Основные понятия теории и методики физической культуры (физическая культура; физическое воспитание; физическая подготовка; физическая подготовленность; физическое развитие; физкультурное движение; спорт; система физического воспитания).
3. Понятие о системе физического воспитания и её структуре
4. Задачи физического воспитания
5. Социально-педагогические принципы системы физического воспитания
6. Специфические функции физической культуры
7. Общекультурные функции физической культуры
8. Понятие о формах физической культуры и их классификация
9. Классификация физических упражнений
10. Содержание и форма физических упражнений
11. Понятие о технике физических упражнений
12. Естественные силы природы и гигиенические факторы как средства физического воспитания
13. Педагогические методы, используемые в физическом воспитании

14. Нагрузка и отдых в процессе физического воспитания.
15. Характеристика игрового метода обучения
16. Характеристика методов строго регламентированных упражнений
17. Характеристика соревновательного метода обучения
18. Характеристика принципа доступности и индивидуализации
19. Характеристика принципа систематичности
20. Характеристика принципа сознательности и активности
21. Характеристика принципа наглядности
22. Характеристика принципа непрерывности процесса физического воспитания
23. Характеристика принципа прогрессирующего воздействия
24. Характеристика принципа циклического построения занятий
25. Характеристика принципа возрастной адекватности педагогического воздействия
26. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании
27. Физиологический механизм формирования двигательного действия и взаимодействие (перенос) навыков
28. Структура процесса обучения и особенности его этапов
29. Сила и основы методики её воспитания
30. Скоростные способности и основы методики их воспитания
31. Выносливость и методика её воспитания
32. Гибкость и методика её совершенствования
33. Ловкость и методика её развития
34. Представление о содержании и форме занятий физическими упражнениями
35. Классификация форм занятий в физическом воспитании
36. Урочная форма занятий и ее особенности (признаки урочных форм занятий, понятие о структурном построении занятия)
37. Структура урока физической культуры
38. Методы организации занимающихся на уроке
39. Классификация урочных форм занятий
40. Особенности неурочных форм занятий
41. Правила определения задач урока
42. Методические приемы регулирования нагрузки на уроке
43. Подготовка преподавателя к уроку
44. Технология проведения хронометрирования урока физической культуры.
45. Технология проведения пульсометрии на уроке физической культуры.
46. Требования предъявляемые к планированию в физическом воспитании и последовательность его составления.
47. Технология составления тематического (четвертного) плана
48. Технология составления плана-конспекта урока физической культуры
49. Технология составления плана-графика учебного процесса
50. Структура и содержание программ по физическому воспитанию
51. Педагогический контроль в физическом воспитании и его виды
52. Педагогический контроль в физическом воспитании и его методы
53. Особенности физического воспитания людей пожилого возраста
54. Определение плотности урока физической культуры и факторы, от которых зависит плотность урока
55. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста (Особенности возрастного развития и методики физического воспитания)
56. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста (Особенности возрастного развития и методики физического воспитания)
57. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста (Особенности возрастного развития и методики физического воспитания)
58. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного

- возраста
59. Физическая культура в жизни студенческой молодежи
  60. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста
  61. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности

#### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения**

4.1. Методические материалы для оценки текущего контроля успеваемости по дисциплине/модулю/практике.

1. Оценка теста

Работа позволяет оценить остаточные знания по пройденным темам дисциплины. Список тем теста:

Тест 1. Предмет теории и методики физической культуры и её основные понятия.
Тест 2. Средства физического воспитания.
Тест 3. Методы физического воспитания.
Тест 4. Основные стороны и методические принципы физического воспитания
Тест 5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.
Тест 6. Основы теории и методики воспитания физических качеств.
Тест 7. Формы построения занятий в физическом воспитании.
Тест 8. Планирование и контроль в физическом воспитании.
Тест 9. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
Тест 10. Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста.
Тест 11. Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи.

Критерии оценивания работы:

За полный правильный ответ на вопрос теста – 1 балл

Ответ неполный – 0,5 балла

Ответа нет или ответ неверный – 0 балла

Каждый тест включает в себя по 10 вопросов.

Баллы	Оценка
9-10	5
7-8	4
5-6	3
0-4	2

4.2. Методические материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

На зачете студент выбирает билет из банка билетов. В каждом билете 2 вопроса.

Критерии оценивания зачета:

«Зачтено» – студент владеет знаниями предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета.

«Не зачтено» – студент не освоил обязательного минимума знаний предмета, не способен ответить на вопросы билета даже при дополнительных наводящих вопросах экзаменатора.