

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Пономарева Светлана Викторовна
Должность: Проректор по УР и НО
Дата подписания: 04.03.2024 15:15:15
Уникальный программный ключ:
bb52f959411e64617366ef2977b97e87139b1a2d

Приложение к ФОС

ЦМ.03 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности»

Карта тестовых заданий

Освоение содержания профессионального модуля обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

Общие компетенции:

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

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

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

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

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

Профессиональные компетенции:

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

Личностные:

ЛР 1 Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе.

Сознающий свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве

ЛР 2 Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками

ЛР 3 Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней

ЛР 4 Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»

ЛР 5 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права

ЛР 6 Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации

ЛР 7 Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого

человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей

ЛР 8 Проявляющий и демонстрирующий уважение законных интересов и прав представителей различных этнокультурных, социальных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учетом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение

ЛР 9 Сознательный ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

ЛР 10 Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально-производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них

ЛР 11 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учетом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения. народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике

ЛР 12 Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания

ЛР 13 Осознающий социальную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, применяющий опыт физкультурно-спортивной деятельности при решении задач профессиональной деятельности.

ЛР 14 Принимающий и транслирующий ценности физической культуры и спорта, этические нормы в области физической культуры и спорта, соблюдающий и пропагандирующий культуру спортивной безопасности и антидопингового поведения.

ЛР 15 Проявляющий активную позицию в развитии физической культуры и спорта, участвующий в деятельности Студенческого спортивного клуба, волонтерском движении в области физической культуры и спорта и других объединениях, а также мероприятиях, деятельность которых ориентирована на развитие и популяризацию физической культуры и спорта.

ЛР 16 Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

Описание теста:

1. Тест состоит из 70 заданий, которые проверяют уровень освоения компетенций обучающегося. При тестировании каждому обучающемуся предлагается 30 тестовых заданий по 15 открытого и закрытого типов разных уровней сложности.

2. За правильный ответ тестового задания обучающийся получает 1 условный балл, за неправильный ответ – 0 баллов. По окончании тестирования, система автоматически определяет «заработанный итоговый балл» по тесту, согласно критериям оценки

3 Максимальная общая сумма баллов за все правильные ответы составляет – 100 баллов.

4. Тест успешно пройден, если обучающийся правильно ответил на 70% тестовых заданий (61 балл).

5. На прохождение тестирования, включая организационный момент, обучающимся отводится не более 45 минут. На каждое тестовое задание в среднем по 1,5 минуты.

6. Обучающемуся предоставляется одна попытка для прохождения компьютерного тестирования.

Кодификатором теста по дисциплине является раздел рабочей программы «4. Тематическое планирование»

Комплект тестовых заданий

Задания закрытого типа

Задания альтернативного выбора

Выберите один правильный ответ

Простые (1 уровень)

1. ФГТ разработаны на:

- А) группу видов спорта;
- Б) каждый вид спорта отдельно;
- В) все виды спорта вместе;
- Г) индивидуальные виды спорта;

2. Какие предметные области имеются во всех программах подготовки в соответствии с ФГТ:

- А) развитие творческого мышления;
- Б) избранный вид спорта;**
- В) подвижные игры;
- Г) специальные навыки;

3. Принципы спортивной тренировки представляют собой (укажите правильный вариант):

А) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в котором синтезированы научные данные и передовой опыт практической тренерской работы;

Б) способы применения основных средств тренировки и совокупность приёмов и правил деятельности тренера и спортсмена;

В) внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определённом порядке режима;

Г) путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

4. С какой части после титульного листа начинается рабочая программа по ФГТ?

А) пояснительная записка;

Б) учебный план;

В) методическая часть;

Г) система контроля и зачетные требования;

5. Продолжительность этапа начальной подготовки в соответствии с ФГТ составляет:

А) 1 год;

Б) 2 года;

В) до 3 лет;

Г) не ограничено;

Средне –сложные (2 уровень)

6. Тренировочный этап согласно ФГТ имеет продолжительность:

А) до 10 лет;

Б) до 3 лет;

В) до 5 лет;

Г) до 2 лет;

7. Что не указывается на титульном листе дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта в соответствии с ФГТ:

А) наименование программы;

Б) название федерального стандарта;

В) ФИО разработчиков программы;

Г) срок реализации программы;

Д) год составления программы;

8. Пояснительная записка программы в соответствии с ФГТ не содержит:

А) характеристику выбранного вида спорта, отличительные особенности;

Б) план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

В) структуру системы многолетней подготовки;

Г) специфику организации обучения;

Д) минимальный возраст для зачисления;

Е) минимальное количество детей в группах;

9. Продолжительность, объемы реализации программы по предметным областям указаны в следующей части программы:

- А) пояснительная записка;
- Б) учебный план;**
- В) методическая часть;
- Г) система контроля и зачетные требования;

10. Методические указания по организации промежуточной и итоговой аттестации содержатся в следующей части программы в соответствии с ФГТ:

- А) пояснительная записка;
- Б) методическая часть;
- В) система контроля и зачетные требования;**
- Г) учебный план;

11. Требования к результатам освоения программы содержатся в следующей части программы:

- А) пояснительная записка;
- Б) учебный план;
- В) методическая часть;
- Г) система контроля и зачетные требования;**

12. Перечень информационного обеспечения включает:

- А) список литературных источников. Перечень аудиовизуальных средств;
- Б) список литературных источников, перечень Интернет-ресурсов, перечень аудиовизуальных средств;**
- В) перечень аудиовизуальных средств;

13. Официальные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия это:

А) физкультурные и спортивные мероприятия, включенные в единый календарный план Минспорттуризма России, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов РФ, муниципальных образований;

Б) физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включённые в Единый календарный план Минспорттуризма России;

В) любые мероприятия, если имеется положение о соревновании;

Г) А) физкультурные и спортивные мероприятия, включенные в единый календарный план Минспорттуризма России, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов РФ.

14. С какой части начинается рабочая программа по ФССП?

- А) нормативная часть;
- Б) пояснительная записка;**
- В) методическая часть;
- Г) перечень информационного обеспечения;

15. ФССП разработан на:

- А) группу видов спорта;
- Б) каждый вид спорта отдельно;**
- В) все виды спорта вместе;
- Г) индивидуальные виды спорта

16. При подготовки спортивного резерва устанавливаются следующие этапы многолетней подготовки спортсменов:

- А) этап общефизической подготовки и этап специальной подготовки;
- Б) начальный, средний и высший;
- В) начальный этап, учебно – тренировочный, этап спортивного совершенствования, высшего спортивного мастерства;
- Г) спортивно – оздоровительный этап, этап начальной подготовки, учебно – тренировочный, этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства

17. Что не указывается на титульном листе программы спортивной подготовки в соответствии с ФССП:

- А) наименование вида спорта;
- Б) наименование программы;
- В) название федерального стандарта;
- Г) **перечень информационного обеспечения;**
- Д) срок реализации программы;
- Е) год составления программы;
- Ж) наименование организации, осуществляющей СП;

18. Пояснительная записка программы спортивной подготовки в соответствии с ФССП не содержит:

- А) характеристику вида спорта, отличительные особенности;
- Б) **план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;**
- В) структуру системы многолетней подготовки;
- Г) специфику организации тренировочного процесса;

19. Минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходит подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта указаны следующей части программы:

- А) часть физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;
- Б) **нормативная часть**
- В) методическая часть

20. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорт указаны в следующей части программы:

- А) постельная записка,
- Б) план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий
- В) **нормативная часть**
- Г) методическая часть система контроля и зачетные требования

21. Требования к организации и проведено врачебно-педагогического психологического и биохимического контроля указаны в следующей части программы:

- А) пояснительная записка
- Б) нормативная часть
- В) **методическая часть;**
- Г) система контроля и зачетные требования

22. Требования к результатам реализации программы спортивной подготовки содержатся в следующей части программы:

- А) пояснительная записка
- Б) нормативная часть

- В) методическая часть;
- Г) система контроля и зачетные требования

Сложные (3 уровень)

23. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется на основе:

А) предпочтений тренер;

Б) единого календарного план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

В) единого календарного план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта РФ, муниципальных образований;

Г) единого календарного план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта РФ;

24. Нормативы физической подготовки, содержащиеся в ФССП составлены с учётом:

- А) этапа подготовки спортсмена;
- Б) возраст лиц проходящих подготовку;
- В) особенностей вида спорта;
- Г) пола лиц проходящих подготовку;
- Д) все варианты верны

25. Различают следующие этапы спортивной подготовки в соответствии с ФССП:

А) начальной подготовки, тренировочный этап;

Б) тренировочный этап. Совершенствования спортивного мастерства;

В) начальной подготовки, тренировочный этап, этап совершенствования спортивного мастерства;

Г) начальной подготовки, тренировочный этап, этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства.

Задания на установление соответствия

Установите соответствие между левым и правым столбцами.

Простые (1 уровень)

26. Укажите последовательность структурных элементов дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта в соответствии с ФГТ: (213465)

- 1) пояснительная записка;
- 2) титульный лист;
- 3) учебный план;
- 4) методическая часть;
- 5) перечень информационного обеспечения ;
- 6) система контроля и зачетные требования

27. Соотнесите термин с его верным определением. (1)Б 2)Г 3)В 4)А)

1) Двигательная реабилитация – это...	А) процесс выполнения движений или действий, используемые для развития физических качеств, внутренних органов и систем двигательных навыков.
2) Физическая подготовка – это...	Б) целенаправленный процесс восстановления или компенсации частично или временно утраченных двигательных способностей вследствие заболеваний, травм и др. причин.
3) Физическое развитие – это...	В) процесс изменения форм и функций организма под воздействием естественных условий либо целенаправленного использования специальных физических упражнений.
4) Физические упражнения – это...	Г) вид физического воспитания: развитие и совершенствование двигательных навыков и физических качеств, необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности.

Средне-сложные (2 уровень)

28. Установите соответствие между видами и разновидностями физической культуры и их процессами: (1)Г 2)Д 3)Б 4)А 5)В)

1) профессионально–прикладная физическая культура	А) обеспечивает сохранение возможности трудиться и вести активный образ жизни лицам с отклонениями в состоянии здоровья
2) Спорт	Б) обеспечивает специальную физическую подготовленность к военной деятельности
3) военно-прикладная физическая культура	В) обеспечивает сохранение и восстановление здоровья
4) адаптивная физическая культура	Г) обеспечивает специальную физическую подготовку к профессиональной деятельности
5) лечебная физическая культура	Д) обеспечивает развитие резервных возможностей организма человека, а также их проявление в соревновательной деятельности

29. Укажите последовательность структурных элементов программы спортивной подготовки по виду спорта в соответствии с ФССП: (3145762)

- 1) пояснительная записка;
- 2) план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;
- 3) титульный лист;
- 4) нормативная часть;
- 5) методическая часть;
- 6) перечень информационного обеспечения;
- 7) система контроля и зачетные требования

30. Установите соответствие между направлениями физической культуры и занятиями, входящими в каждое из них: (1)А 2)В 3)Б)

1) физкультурно-оздоровительное направление	А) адаптивный отдых в выходные дни
2) спортивное направление	Б) адаптивная физическая культура
3) прикладное направление	В) техническая подготовка

31. Установите последовательность действий в подготовительной части учебного занятия физической культуры: (3124)

- 1) общая разминка
- 2) специальная разминка
- 3) вводная часть
- 4) установочные действия

32. Установите соответствие между методами физического воспитания: (1)В 2)Г 3)Д 4)Е 5)А 6)Б)

1. объяснение	А) соревновательный метод
2. метод целостного упражнения	Б) строго регламентированного упражнения для воспитания физических качеств
3. показ	В) словесный метод
4. подвижные игры	Г) строго регламентированного упражнения для обучения двигательному действию
5. контрольная тренировка	Д) наглядный метод
6. повторный	Е) игровой метод

33. Установите соответствие между задачами физического воспитания и содержательной направленностью: (1)Б 2)А 3)В)

1)Образовательные	А) Формирование систем и функций организма, удовлетворение потребности в движении; укрепление здоровья
2)Оздоровительные	Б) Формирование двигательных умений
3) Воспитательные	В) Умственное, нравственное, трудовое воспитание; развитие интереса к физическим упражнениям

34. Установите соответствие между документами планирования в физическом воспитании и их содержанием: (1)В 2)Г 3)А 4)Б)

1) учебный план	А) определяет наиболее целесообразную последовательность прохождения материала теоретического и практического разделов учебной программы по месяцам и неделям на протяжении одного года
2) учебная программа	Б) представляет собой последовательное изложение содержания каждого урока учебной четверти (семестра)
3) План-график учебного процесса	В) представляет собой основной (исходный) документ, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней
4) Рабочий (тематический) план	Г) документ планирования учебной работы, в котором определяются целевые установки и общие задачи педагогического процесса, объем знаний, умений и навыков, которыми следует овладеть занимающиеся в планируемый срок занятий, и перечень основных физических упражнений

Сложные (3 уровень)

35. Установите соответствие: (1)В 2)Б 3)А)

1) Оперативный контроль	А) служит для получения информации о кумулятивном (суммарном) тренировочном эффекте, полученном на протяжении одной учебной четверти или семестра
2) Текущий контроль	Б) проводится для определения реакции организма занимающихся на нагрузку после занятия
3) Этапный контроль	В) предназначен для определения срочного тренировочного эффекта в рамках одного учебного занятия (урока) с целью целесообразного чередования нагрузки и отдыха

Задания открытого типа

Задания на дополнение

Напишите пропущенное слово.

Простые (1 уровень)

36. Тренировочный процесс согласно ФГТ рассчитан не менее, чем на _____ недели
42

37. Тренировочный процесс согласно ФССП рассчитан на _____ недели
12

38. В спортивной классификации предусмотрены _____ вида(-ов) нормативных требований.
Два

39. В экономическом плане система физического образования и воспитания выступает как отрасль народного _____
хозяйства

40. В теории спорта выделяются следующие ведущие формы педагогического контроля над состоянием спортсмена: поэтапный, _____, оперативный
текущий

41. Высшая форма развития двигательной активности как многостороннего процесса человеческой деятельности, развивающая и совершенствующая физическую и психическую организацию человека в соответствии с целями и потребностями общества, — это _____ деятельность.
спортивная

Средне-сложные (2 уровень)

42. Важнейшим показателем физического состояния человека является физическое _____.
здоровье

43. Спорт – составная часть _____ культуры, основанная на использовании соревновательной деятельности и подготовки к ней, со стремлением занимающихся к достижению максимального результата.
физической

44. Процесс формирования двигательных навыков и развития физических способностей (качеств), необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности называется физической _____.

подготовкой

45. Группа, которая формируется из учащихся без отклонений состояния здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется _____ группой

основной медицинской

46. Реакция сердечно-сосудистой системы на нагрузку определяется с помощью _____

пульсометрии

47. Обучение двигательным действиям осуществляется в _____ этапа(-ов).

четыре

48. Основу обучения любому двигательному действию (физическому упражнению) составляет теория формирования _____ навыка.

двигательного

49. Повторение работы достаточно высокой мощности при регламентированных интервалах отдыха, не обеспечивающих полного восстановления работоспособности перед выполнением очередной серии упражнений, характеризуется как _____ метод.

интервальный

50. Полноценное представление об изучаемом двигательном действии вырабатывается на _____ этапе обучения.

Третьим

51. Право граждан на занятия физической культурой и спортом закреплено в _____ РФ.

Конституции

52. Разностороннее развитие мускулатуры, повышение способности к проявлению силы при выполнении движений в различных условиях спортивной деятельности — это задачи _____ силовой подготовки спортсмена.

Общей

53. Процесс формирования потребности в занятиях физическими упражнениями в интересах всестороннего развития личности, формирования положительного отношения к физической культуре, выработка ценностных ориентаций, убеждений, вкусов, привычек, склонностей называется физическим _____.

Воспитанием

54. Способность к одновременному и последовательному согласованному сочетанию движений определяется как _____ движений

координация

55. Часть учебной программы, формирующая мировоззренческую систему знаний и отношение к физической культуре, определяется как _____ раздел.

Теоретический

56. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется _____

спортивным отбором

57. Самым длительным по времени из трех циклов тренировки является _____
макроцикл

58. Проекты, в которых есть актуальность, предмет, объект, задачи, методы, источников информации, называются _____

исследовательскими

59. Предположительное суждение о закономерной (причинной) связи явлений — это _____ проекта

гипотеза

60. Способ, при котором обучающийся сам ставит проблему, находит пути ее решения, оформляет и представляет результат, называется _____ методом.

Проектным

61. Способы взаимодействия, обусловленные целями и содержанием практической деятельности в процессе обучения, а также отношения и общение людей, их самоорганизация в группах и коллективах — это методы _____ практики

педагогической

62. Одна из важнейших дисциплин обучения и воспитания, реализация которой в учебном процессе предполагает: всестороннее развитие личности, укрепление здоровья, овладение знаниями основ физической культуры и здорового образа жизни, — это _____.

физическая культура

63. Овладение основами физической активности; приобретение знаний, умений и навыков физической культуры; развитие координационных способностей; выработка навыков самостоятельной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности — это процесс _____ физической культуре.

обучения

64. Как называется документ в котором четко отражены результаты соревнований?
протокол

65. Как называется документ, содержащий список участников, с указанием их возраста, пола, спортивной квалификации, весовой категории и медицинского допуска?

заявка

66. Как называется документ плановый документ, который регламентирует перечень планируемых к проведению в предстоящий период спортивных мероприятий и их виды, определяет сроки и места их проведения, состав участвующих организаций, участников и судей, а также предполагаемую стоимость проведения этих соревнований ?

календарный план

Сложные (3 уровень)

67. Процесс формирования двигательных навыков и развития физических способностей (качеств), необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности называется физической _____.

подготовкой

68. Факт — это знание, достоверность которого _____.

доказана

69. Нормативные требования в отдельных видах спорта пересматриваются через каждые _____.

четыре года

70. К основным разделам учебных программ по физической культуре и спорту относятся: теоретический, _____ и контрольный.

практический

Карта учета тестовых заданий (вариант 1)

Компетенция	<p>Общие компетенции:</p> <p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p> <p>Профессиональные компетенции:</p>
-------------	--

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

Личностные:

ЛР 1 Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознательное единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве

ЛР 2 Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками

ЛР 3 Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней

ЛР 4 Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду

человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа»

ЛР 5 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, народу, малой родине, знания его истории и культуры, принятие традиционных ценностей многонационального народа России. Выражающий свою этнокультурную идентичность, сознающий себя патриотом народа России, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, к Российскому Отечеству. Проявляющий ценностное отношение к историческому и культурному наследию народов России, к национальным символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в России, к соотечественникам за рубежом, поддерживающий их заинтересованность в сохранении общероссийской культурной идентичности, уважающий их права

ЛР 6 Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации

ЛР 7 Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей

ЛР 8 Проявляющий и демонстрирующий уважение законных интересов и прав представителей различных этнокультурных, социальных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учетом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение

ЛР 9 Сознательный ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и

обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

ЛР 10 Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально-производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них

ЛР 11 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учетом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения. народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике

ЛР 12 Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания

ЛР 13 Осознающий социальную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, применяющий опыт физкультурно-спортивной деятельности при решении задач профессиональной деятельности.

ЛР 14 Принимающий и транслирующий ценности физической культуры и спорта, этические нормы в области физической культуры и спорта, соблюдающий и пропагандирующий культуру спортивной безопасности и антидопингового поведения.

ЛР 15 Проявляющий активную позицию в развитии физической культуры и спорта, участвующий в деятельности Студенческого спортивного клуба, волонтерском движении в области физической

	культуры и спорта и других объединениях, а также мероприятиях, деятельность которых ориентирована на развитие и популяризацию физической культуры и спорта. ЛР 16 Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.			
Профессиональный модуль	Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности			
Уровень освоения	Тестовые задания			Итого
	Закрытого типа		Открытого типа	
	Альтернативный выбор	Установление соответствия/последовательности	На дополнение	
1.1.1 (20%)	5	2	7	14
1.1.2 (70%)	17	7	24	48
1.1.3 (10%)	3	1	4	8
Итого:	25 шт.	10 шт.	35 шт.	70 шт.

Критерии оценивания

Критерии оценивания тестовых заданий

Критерии оценивания: правильное выполнение одного тестового задания оценивается 1 условным баллом, неправильное – 0 баллов.

Максимальная общая сумма баллов за все правильные ответы составляет наивысший балл – 100 баллов.

Шкала оценивания результатов компьютерного тестирования обучающихся (рекомендуемая)

Оценка	Процент верных ответов	Баллы
«удовлетворительно»	70-79%	61-75 баллов
«хорошо»	80-90%	76-90 баллов
«отлично»	91-100%	91-100 баллов

Ключи ответов

№ тестовых заданий	Номер и вариант правильного ответа	№ тестовых заданий	Номер и вариант правильного ответа
1	А	36	42
2	Б	37	12
3	А	38	Два
4	А	39	Хозяйства
5	В	40	Текущий
6	В	41	Спортивная
7	Б	42	Здоровье
8	Б	43	Физической
9	Б	44	Подготовкой
10	В	45	Основной медицинской

11	Г
12	Б
13	В
14	Б
15	Б
16	Г
17	Г
18	Б
19	Б
20	В
21	В
22	Г
23	В
24	Д
25	Г
26	213465
27	1)Б 2)Г 3)В 4)А
28	1)Г 2)Д 3)Б 4)А 5)В
29	3145762
30	1)А 2)В 3)Б
31	3124
32	1)В 2)Г 3)Д 4)Е 5)А 6)Б
33	1)Б 2)А 3)В
34	1)В 2)Г 3)А 4)Б
35	1)В 2)Б 3)А

46	Пульсометрии
47	Четыре
48	Двигательного
49	Интервальный
50	Третьим
51	конституции
52	Общей
53	Воспитанием
54	Координация
55	Теоретический
56	Спортивным отбором
57	Макроцикл
58	Исследовательскими
59	Гипотеза
60	Проектным
61	Педагогической
62	Физическая культура
63	Обучение
64	Протокол
65	Заявка
66	Календарный план
67	Подготовкой
68	Доказана
69	Четыре года
70	практический