

ГБПОУ "Троицкий педагогический колледж"

**Фонд оценочных средств
по учебному предмету
ОУП. 12 Физическая культура
Специальность: 44.02.02 Преподавание в начальных классах**

Троицк, 2023 г.

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования по специальности СПО 44.02.02 Преподавание в начальных классах для программы учебного предмета ОУП.12 Физическая культура.

Разработчик:

ГБПОУ «ТПК» преподаватель Копылова Н.В.

Рассмотрено на заседании ЦМК ОГСЭ

Протокол № _____ от " ____ " _____ 20 ____ г.

Руководитель ЦМК ОГСЭ Марар И.И./ _____ /

Одобрено научно-методическим советом колледжа

Протокол № _____ от " ____ " _____ 20 ____ г.

Содержани

е

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств.....	3
2. Результаты освоения предмета, подлежащие проверке.....	4
3. Оценка освоения предмета.....	4
4. Структура контрольных заданий.....	5
4.1.Рубежный контроль	5
4.2. Перечень вопросов для промежуточной аттестации по предмету.....	33
5.Особенности текущего контроля и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	40

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

В результате освоения учебного предмета ОУП.07 Физическая культура, обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС СОО по специальности СПО 44.02.02 Преподавание в начальных классах следующим результатам:

Личностные:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Метапредметные:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметные:

Способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закалывающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;

- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, вести дневник самонаблюдения.

Формой аттестации по учебному предмету является дифференцированный зачёт.

2. Результаты освоения предмета, подлежащие проверке

2.1. В результате аттестации по предмету осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний:

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Предметные результаты	индивидуальный устный опрос; фронтальный устный опрос; самостоятельная работа обучающихся.
Личностные результаты	участие во внеурочной деятельности по предмету; беседа;
Метапредметные результаты	участие в проектной деятельности
Регулятивные универсальные учебные действия	рефлексия; упражнения на языковую догадку.
Познавательные универсальные учебные действия	Тестирование ГТО
Коммуникативные универсальные учебные действия	Контрольные нормативы, соревнования, спортивные игры

3. Оценка освоения предмета

3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки служат предметные, личностные, предметные результаты, предусмотренные ФГОС СОО по учебному предмету ОУП.12 Физическая культура.

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по учебному предмету ОУП.12 Физическая культура, направленные на формирование личностных, предметных, метапредметных результатов.

Рубежный контроль - проходит в конце 1. семестра в виде зачета

Промежуточная аттестация - проводится по окончанию изучения предмета форме дифференцированного зачета (2 семестр)

4. Структура контрольных заданий

4.1 Рубежный контроль

Тестовое задание №1 «Легкая атлетика»

1. Какой старт при беге на длинные дистанции по правилам соревнований?

- а - низкий старт;
- б - высокий старт;
- в - вид старта по желанию бегуна

2. Каждой команде во время игры сколько предоставлено передач или ударов для возвращения мяча на сторону соперника (не считая касания на блоке) в волейболе?

- а - 2;
- б - 4;
- в - 3;
- г - 5.

3. Пять олимпийских колец символизируют:

- а - пять принципов олимпийского движения;
- б - основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады;
- в - союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх;
- г - повсеместное становление спорта на службу гармонического развития человека

4. Где прошла зимняя Олимпиада в 2014 году?

- а. Америка;
- б. Финляндия;
- в. Германия;
- г. Россия.

5 С чего начинается игра в баскетболе?

- а) со времени, указанного в расписании игр
- б) с начала разминки
- в) с приветствия команд
- г) спорным броском в центральном круге.

6. Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:

- а - в Олимпии;
- б - в Спарте;
- в - в Афинах

7. Назовите размеры волейбольной площадки:

- а. 6м х 9м;
- б. 6м х 12м;
- в. 9м х 12м;
- г. 9м х 18м.

8. С чего начинается бег на средние и длинные дистанции?

- а) с низкого старта;
- в) с хода;
- б) с высокого старта;
- г) с опорой на одну руку.

9. В чём заключаются основные меры предупреждения травматизма при самостоятельных занятиях физической культурой?

- а) В соблюдении правил поведения на спортивных сооружениях и подборе нагрузки, соответствующей функциональному состоянию;
- б) в подборе физической нагрузки с учётом общего состояния организма и в периодической смене деятельности;
- в) в чётком контроле над длительностью занятий и физической нагрузкой.

10. Что является древнейшей формой организации физической культуры?

- а) игры
- б) единоборство
- в) бег
- г) соревнования на колесницах

11. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:

- а - физическую и интеллектуальную активность;
- б - регулярное обращение к врачу;
- в - упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек;
- г - рациональное питание и закаливание.

12. Что в легкой атлетике делают с ядром?

- а) толкают
- б) бросают
- в) метают
- г) запускают

13. Из каких фаз состоит бег на короткие дистанции?

- а) старт; Стартовый разбег; Бег по дистанции; Финиширование.
- б) стартовый разбег, бег по дистанции, финишный рывок;
- в) набор скорости, финиш;
- г) старт, разгон, финиширование;

14. Действующий президент МОК:

- а. Томас Бах
- б. Маркиз Хуан Антонио Самаранч;
- в. Граф Жак Роже;
- г. Барон Пьер де Кубертен

15. В каком году был создан Российский Олимпийский Комитет?

- а) 1908 году
- б) 1911 году
- в) 1912 году
- г) 1916 году

16. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на...

- а. сохранение и улучшение здоровья людей;
- б. развитие физических качеств людей;
- в. подготовку к профессиональной деятельности;
- г. поддержание высокой работоспособности людей.

17. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок:

- а - «с разбега»;
- б - «перешагиванием»;

в - «перекатом»;

г - «ножницами».

18. Какую награду получал победитель на Олимпийских играх в Древней Греции?

а) лавровый венок

б) венок из ветвей оливкового дерева;

в) медаль, кубок и денежное вознаграждение.

г) звание почётного гражданина;

19. Какого вида прыжков в длину с разбега не существует?

а) согнув ноги;

в) согнувшись;

б) прогнувшись;

г) ножницы.

20. Какая страна является Родиной Олимпийских игр:

а - Греция;

б - Китай;

в - Рим;

г - Египет

21. Наша знаменитая российская прыгунья в высоту с шестом?

А) Анфиса Чехова

Б) Елена Исинбаева

В) Ольга Бузова

22. Где и когда впервые в нашей стране состоялись Олимпийские игры?

а) планировались в 1944 году, но были отменены из-за 2 мировой войны

б) в 1976 году в Сочи

в) в 1980 году в Москве

г) пока еще не проводились

23. Какие виды не включает в себя лёгкая атлетика?

а) ходьбу и бег;

в) многоборье.

б) прыжки и метания;

г) опорные прыжки;

24. Назовите основные физические качества человека:

а. быстрота, сила, смелость, гибкость;

б. быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость;

в. быстрота, сила, смелость, аккуратность, гибкость;

г. быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность.

25. Какую обувь используют спортсмены - бегуны?

А) кроссовки

Б) шиповки

В) кеды

26. Что такое кросс?

а) бег с ускорением

б) бег по искусственной дорожке стадиона

в) бег по пересеченной местности

г) разбег перед прыжком

27. Какой подготовки к финальному усилию перед метанием не существует?

- а) предварительного вращения;
- в) скачка;
- б) разбега;
- г) прыжка.

28. Сколько игроков баскетбольной команды может одновременно находиться на площадке.

- а) 5
- б) 6
- в) 7
- г) 4

29. Что запрещено делать во время бега на короткие дистанции?

- а) Оглядываться назад;
- б) задерживать дыхание;
- в) переходить на соседнюю дорожку.

30. Что является одним из основных физических качеств?

- а) внимание
- б) работоспособность
- в) сила
- г) здоровье

31. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью:

- а) 3 минуты;
- б) 7 минут;
- в) 5 минут;
- г) 10 минут.

32. Вид деятельности, являющийся предметом соперничества и исторически оформившийся как способ выявления и сравнения человеческих возможностей, принято называть:

- а) гимнастикой;
- б) соревнованием;
- в) видом спорта.

33. Что необходимо делать по правилам соревнований, если при метании снаряд (мяч, граната, копье) вышел за пределы сектора?

- а) разрешается дополнительный бросок;
- б) результат засчитывается;
- в) попытка засчитывается, а результат нет;
- г) спортсмен снимается с соревнований.

34. Какими показателями характеризуется физическое развитие:

- а) антропометрическими показателями;
- б) росто-весовыми показателями, физической подготовленностью;
- в) телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья

35. Что в легкой атлетике делают с ядром?

- а) метают
- б) бросают

- в) толкают
- г) запускают

36. Назовите имя представителя России – первого Олимпийского чемпиона игр современности...

- а) В. Алексеев;
- б) В. Иванов;
- в) Н. Орлов;
- г) Н. Панин-Коломенкин.

37. По команде «кругом» выполняется следующая последовательность действий:

- а) осуществляется поворот в сторону правой руки на правой пятке, левом носке на 180 и приставляют левую ногу к правой;
- б) осуществляется поворот в сторону левой руки на левой пятке, правом носке на 180 и приставляют правую ногу к левой;
- в) ожидается команда «марш»;
- г) поворот осуществляется в произвольном направлении.

38. Первое участие спортсменов из СССР на Олимпийских играх?

- а) 1952
- б) 1956
- в) 1960

Оценка результатов.

«5» - ставится, если ученик правильно ответил на 28-37 вопросов.

«4» - ставится, если ученик верно ответил на 36- 30 вопросов.

«3» - ставится при наличии 29-25 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 25 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

2 вариант

1. **Вопрос.** К спринтерскому бегу в лёгкой атлетике относится...

Варианты ответа:

- а) бег на 5000м в) бег на 100м
- б) кросс г) марафонский бег

2. **Вопрос.** Один из способов прыжка в длину в лёгкой атлетике обозначается как прыжок...

Варианты ответа:

- а) «с разбега» в) «перекатом»
- б) «перешагиванием» г) «ножницами»

3. **Вопрос.** «Королевой спорта» называют...

Варианты ответа:

- а) спортивную гимнастику в) шахматы
- б) лёгкую атлетику г) лыжный спорт

4. **Вопрос.** Кросс – это?

Варианты ответа:

- а) бег с ускорением в) бег по пересечённой местности
- б) бег по искусственной дорожке стадиона г) разбег перед прыжком

5. **Вопрос.** Какая дистанция в лёгкой атлетике не является классической?

Варианты ответа:

а) 100м в) 400м

б) 200м г) 500м

6. **Вопрос.** В лёгкой атлетике ядро:

Варианты ответа:

а) метают в) толкают

б) бросают г) запускают

7. **Вопрос.** Владимир Куц, Валерий Борзов, Виктор Санеев, Валерий Брумелъ – чемпионы Олимпийских игр:

Варианты ответа:

а) в лёгкой атлетике в) в борьбе и боксе

б) в плавании г) в хоккее

8. **Вопрос.** К видам лёгкой атлетики не относится ...

Варианты ответа:

а) прыжки в длину в) прыжки с шестом

б) спортивная ходьба г) прыжки через коня

9. **Вопрос.** Что из перечисленного не относится к упражнениям лёгкой атлетики?

Варианты ответа:

а) бег в) прыжки

б) лазание г) метания

10. **Вопрос.** Наиболее выгодным в лёгкой атлетике считается начало бега...

Варианты ответа:

а) с низкого старта в) с полунизкого старта

б) с высокого старта г) из положения «упор лёжа

11. **Вопрос.** В беге на длинные дистанции в лёгкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является...

Варианты ответа:

а) быстрота в) выносливость

б) сила г) ловкость

12. **Вопрос.** Старт в беге в лёгкой атлетике начинают с команды:

Варианты ответа:

а) «марш!» в) «вперёд!»

б) «начать!» г) «хоп!»

13. **Вопрос.** К Олимпийскому виду эстафетного бега в лёгкой атлетике не относится...

Варианты ответа:

а) бег 4 по 100м б) бег 4 по 400м в) бег 4 по 1000м

14. **Вопрос.** На дальность полёта спортивных снарядов при метании в лёгкой атлетике не влияет...

Варианты ответа:

а) начальная скорость вылета снаряда

б) угол вылета снаряда

в) высота точки, в которой снаряд покидает руку метателя

г) температура воздуха при метании

15. **Вопрос.** Назовите снаряд, который не метают в лёгкой атлетике?

Варианты ответа:

а) стрела в) молот

б) копье г) мяч

1-в 2-в 3-б 4-в 5-г 6-в 7-а 8-г 9-в 10-а 11-в 12-а 13-в 14-г 15-а

Оценка результатов.

«5» -ставиться, если ученик правильно ответил на 15-12 вопросов.

«4»- ставиться, если ученик верно ответил на 11- 10вопросов.

«3»- ставиться при наличии 9-7 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 7 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

Тестовое задание №2 по волейбол**1. Основным способом приема и передачи мяча в волейболе является ...**

а) нижняя передача мяча двумя руками;

б) нижняя передача одной рукой;

в) верхняя передача двумя руками.

2. Верхняя передача мяча выполняется приемом мяча ...

а) на все пальцы обеих рук;

б) на три пальца и ладони рук;

в) на ладони;

г) на большой и указательный пальцы обеих рук.

3. При приеме мяча двумя руками снизу не рекомендуется принимать мяч ...

а) на сомкнутые предплечья;

б) на раскрытые ладони;

в) на сомкнутые кулаки.

4. Обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча является ...

а) прием игроком стойки волейболиста;

б) своевременный выход игрока под мяч и выбор исходного положения;

в) своевременное сгибание и разгибание ног.

5. При верхней передаче мяча на большое расстояние передача заканчивается ...

а) коротким движением рук и полным выпрямлением ног;

б) полусогнутыми руками;

в) полным выпрямлением рук и ног.

6. При приеме мяча сверху соприкосновение пальцев с мячом должно происходить на ...

а) уровне верхней части лица в 15-20 см от него;

б) расстоянии 30-40 см выше головы;

в) уровне груди;

7. Что не является ошибкой при приеме мяча сверху?

а) Прием на выставленные вперед большие пальцы рук.

б) Прием на кисти рук, поставленные параллельно друг другу.

в) Прием на все пальцы рук.

8. Какой способ приема мяча следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока?

- а) Сверху двумя руками.
- б) Снизу двумя руками.
- в) Одной рукой снизу.

9. Часто при неправильном приеме мяча сверху происходит растяжение мышц (связок) большого пальца руки. Что нельзя делать при оказании первой доврачебной помощи?

- а) Охлаждать поврежденный сустав.
- б) Согревать поврежденный сустав.
- в) Обратиться к врачу.

10. Есть ли ошибка в постановке пальцев при приеме мяча сверху (рис. 1)?

- а) Ошибки нет.
- б) Ошибка есть.

11. Какой подачи не существует?

- а) Одной рукой снизу.
- б) Двумя руками снизу.
- в) Верхней прямой.
- г) Верхней боковой.

12. Выпрыгивание на блок выполняется толчком вверх ...

- а) одной ногой;
- б) обеими ногами.

13. Укажите правильное исходное положение рук при блокировании (рис. 2).

- а) 1;
- б) 2.

14. Напишите, какие действия или термины относятся к волейболу: 1) очко, 2) гол, 3) зона, 4) пенальти, 5) подсечка, 6) переход, 7) блок, 8) вне игры, 9) партия, 10) штрафной удар.

- а) 1, 3, 7, 9;
- б) 1, 2, 5, 7, 10;
- в) 2, 4, 5, 6, 8.

15. Волейбольная площадка условно делится на зоны. На какой из площадок правильно обозначены зоны (рис. 3)?

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3.

16. Укажите правильное направление перехода из зоны в зону при получении права на подачу (рис. 4).

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3.

17. На крупных соревнованиях по волейболу игра проводится из ...

- а) двух партий;
- б) трех партий;
- в) пяти партий.

18. До скольких очков ведется счет в решающей (3-й или 5-й) партии?

- а) До 15 очков.
- б) До 20 очков.
- в) До 25 очков.

19. Допускается ли команда волейболистов до участия в соревнованиях, если в ее составе 5 человек?

- а) Допускается.
- б) Не допускается.
- в) Допускается с согласия команды соперника.

20. Сколько еще касаний мяча может сделать принимающая подачу команда, если прием мяча с подачи считать первым касанием?

- а) Одно.
- б) Два.
- в) Три.

21. Если после разрешения судьи на подачу, подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то ...

- а) подача считается проигранной;
- б) подача повторяется этим же игроком;
- в) подача повторяется другим игроком этой же команды.

22. Если при подаче мяч коснулся сетки и перелетел на сторону соперника, то ...

- а) подача повторяется;
- б) игра продолжается;
- в) подача считается проигранной.

23. Если при подаче мяча подающий игрок наступает на разметку задней линии площадки или переходит ее, то ...

- а) подача повторяется;
- б) подача считается проигранной;
- в) игра продолжается.

24. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований?

- а) Шесть.
- б) Десять.
- в) Двенадцать.

25. Какой жест судьи означает удаление игрока с площадки (рис. 5)?

26. Какой жест судьи означает «спорный мяч» (рис. 6)?

27. Игроки каких зон могут принимать участие в групповом блоке (ставить групповой блок)?

- а) 1, 2, 3;
- б) 2, 3, 4;
- в) 3, 4, 5.

28. Специальная разминка волейболиста включает в себя ...

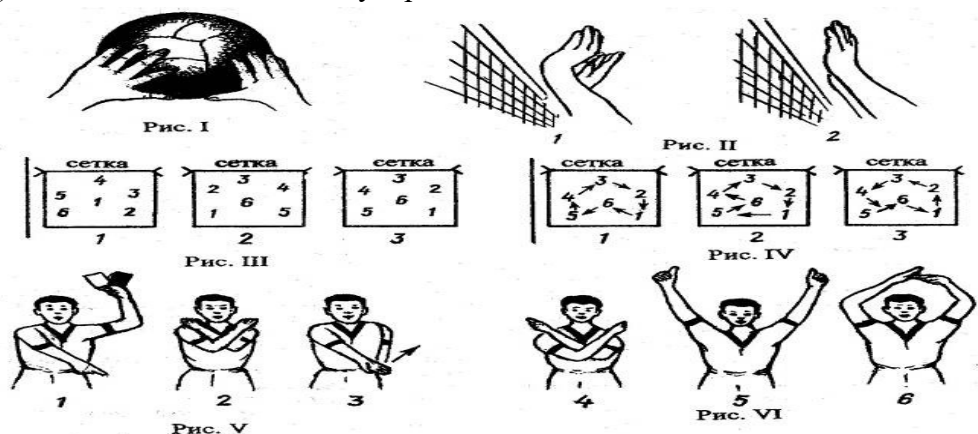
- а) беговые упражнения;
- б) упражнения с мячом;
- в) силовые упражнения.

29. При каком счете может закончиться игра в первой партии?

- а) 15:13;
- б) 25:26;
- в) 27:29.

30. Стойка волейболиста помогает игроку ...

- а) быстро переместиться «под мяч»;
- б) следить за полетом мяча;
- в) выполнить нападающий удар.



Номер вопроса	Вариант ответа	Номер вопроса	Вариант ответа	Номер вопроса	Вариант ответа
1	В	11	Б	21	А
2	А	12	Б	22	Б
3	Б	13	А	23	Б
4	Б	14	А	24	В
5	В	15	В	25	А
6	А	16	А	26	Б
7	В	17	В	27	Б
8	Б	18	А	28	Б
9	Б	19	Б	29	В
10	А	20	Б	30	А

Оценка результатов.

«5» -ставиться, если правильно ответили на 30-27вопросов.

«4»- ставиться, если верно ответили на 26- 20 вопросов.

«3»- ставиться при наличии 19 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 19 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

Вариант №2

№	Вопросы	Ответы
1	Кто является создателем игры волейбол?	А. Елмери Бери
		Б. Рубен Акост

		В. Уильям Морган
		Г. Анатолий Эйнгорн
2	Что означает слово «волейбол»?	А. Летящий мяч
		Б. Скользящий мяч
		В. Прыгающий мяч
		Г. Удар с лету
3	Размеры игрового поля в волейбол?	А. 19х34
		Б. 12х24
		В. 15х30
		Г. 9х18
4	Высота сетки у мужчин и у женщин?	А. 2.48; 2.30
		Б. 2.50; 2.10
		В. 2.43; 2.24
		Г. 2.20; 2.00
5	Сколько игроков может находиться на площадке во время игры?	А. 6
		Б. 12
		В. 9
		Г. 5
6	Во время игры команда получает очко?	А. при успешном приземлении мяча на площадку соперника.
		Б. команда соперника совершает ошибку
		В. команда соперника получает замечание
		Г. все ответы верны
7	Партия считается выигранной, если...	А. команда первая набирает 30 очков
		Б. команда первая набирает 15 очков с преимуществом минимум 2 очка
		В. команда, которая больше наберет очков за определенное время
		Г. команда первая набирает 25 очков с преимуществом минимум 2 очка
8	Сколько раз можно коснуться мяча на площадке?	А. 3 раза
		Б. 1 раз
		В. 4 раза
		Г. сколько угодно
9	Какой подачи нет в волейболе?	А. закручивающая подача
		Б. верхняя прямая
		В. подача в прыжке
		Г. нижняя прямая
10	Игра в волейболе начинается...	А. с подачи
		Б. с броска

		В. с переброса
		Г. с передачи
11	Может игрок в 3 зоне принять мяч после подачи?	А. нет, не может
		Б. мяч могут принять только игроки в 5,6 и 1 зоне
		В. любой игрок может принять мяч
		Г. да, может
12	Переход игроков осуществляется...	А. произвольно
		Б. по часовой стрелке
		В. против часовой стрелке
		Г. куда покажет тренер
13	Как называется действие игрока позволяющий оставить мяч в игре после подачи?	А. касание мяча
		Б. прием мяча
		В. отбивание мяча
		Г. все ответы верны
14	Цель игры в три касания?	А. таковы правила игры
		Б. для разыгрывания мяча
		В. подготовка к нападающему удару
		Г. запутать соперника.
15	Как называется свободный защитник?	А. Фигаро
		Б. Либеро
		В. Лимеро
		Г. Лидеро

Оценка результатов.

«5» -ставиться, если ученик правильно ответил на 15-12 вопросов.

«4»- ставиться, если ученик верно ответил на 11- 10вопросов.

«3»- ставиться при наличии 9-7 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 7 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

Тест жесты судьи по волейболу

1. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 11.4.4, 12.6.2.1

Указать соответствующую сторону сетки соответствующей рукой



П В

А) Сетка задета игроком. Б) Разрешение на подачу. В) Заступ средней линии игроком.

2. Что означает жест судьи?

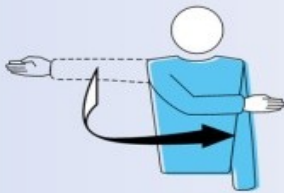


а). Вне игры. б). Мяч ушёл за пределы площадки. в). Ошибка блокировки

3. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 12.3, 22.2.1.1

Движением руки указать направление подачи



П

а) замена игрока б) Разрешение на подачу. в) жест в сторону команды которая должна подавать.

4. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 22.2.3.1, 22.2.3.2, 22.2.3.4

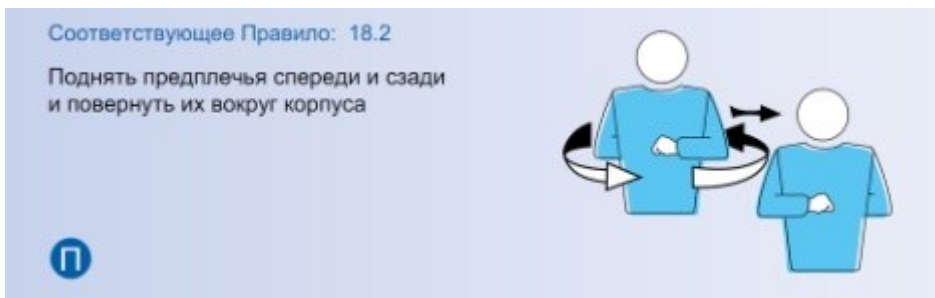
Вытянуть руку в сторону команды, которая должна подавать



П В

а) Разрешение на подачу. б) жест в сторону команды, которая должна подавать.
в) Сетка задета игроком.

5. Что означает жест судьи?



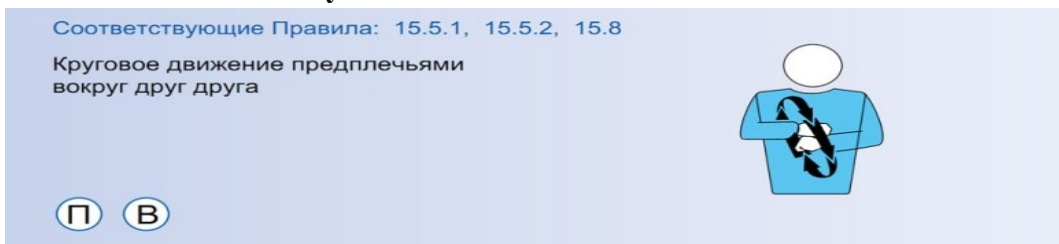
а) смена площадок б) Разрешение на подачу. в) Замена игрока

6. Что означает жест судьи?



а) Сетка задета игроком. б) Разрешение на подачу. в) Тайм-аут.

7. Что означает жест судьи?



а) замена игрока б) смена площадок в) конец партии

8. Что означает жест судьи?

а) замечание за неправильное поведение б) предупреждение за неправильное поведение
в) Дисквалификация.

9. Что означают жест судьи?

а) замечание за неправильное поведение б) предупреждение за неправильное поведение
в) удаление



10. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 6.2, 6.3

Скрестить предплечья с открытыми кистями перед грудью

П В



а).

задержка при подаче б). конец партии в). Ошибка при переходе

11. Что означает жест судьи?

Соответствующее Правило: 12.4.4

Поднять восемь разведенных пальцев

П



а) Сетка задета игроком. б) Разрешение на подачу. в) Задержка при подаче

12. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 12.5, 12.6.2.3, 14.6.3, 19.3.1.3, 23.3.2.3а, г, 24.3.2.4

Поднять обе руки вертикально ладонями вперед

П В



а

) ошибка при переходе б) Разрешение на подачу. в) Ошибка при блокировании и заслон

13. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 7.5, 7.7, 23.3.2.3а, 24.3.2.2

Совершить круговое движение указательным пальцем

П В



а). замена игрока б). смена площадок в). ошибка при переходе

14. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 9.3.4, 23.3.2.3b
Поднять два разведенных пальца



П

а). два тайма б). двойное касание в). Два очка

15. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 9.3.1, 23.3.2.3b
Поднять четыре разведенных пальца

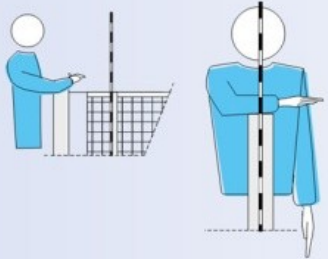


П

а). четыре удара б). четыре очка в). Задержка при подаче

16. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 11.4.1, 13.3.1, 14.3, 14.6.1, 23.3.2.3c
Расположить руку над сеткой ладонью вниз



П

а). Сетка задета игроком. б). касание по другую сторону сетки в). ошибки при атакующем ударе.

17. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 8.4.5, 11.2.2, 12.4.3, 23.3.2.3a,f, 24.3.2.1
Указать на среднюю линию или на соответствующую линию



П В

а). Сетка задета игроком. б). Разрешение на подачу. в). Переход на площадку соперника

18. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 6.1.2.2, 17.2, 22.2.3.4
Поднять оба больших пальца вертикально



П

а). замена игрока б). переигровка в). Касание мяча

19. Что означает жест судьи?

Соответствующие Правила: 23.3.2.3б, 24.2.2

Провести ладонью одной руки по пальцам другой, удерживаемой вертикально

П



а). переигровка б). касание мяча в). Заступ средней линии игроком.

20. Расположение игроков на площадке_____. Как выполняется переход



Рис. I

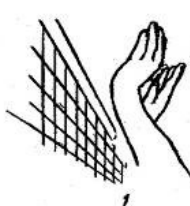


Рис. II

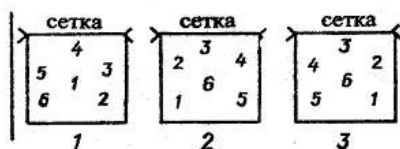
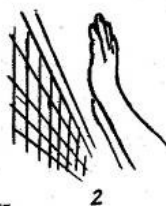


Рис. III

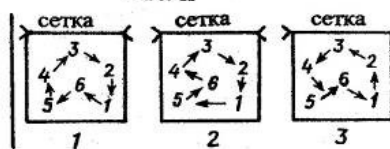


Рис. IV



Рис. V

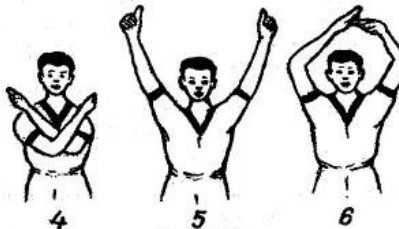


Рис. VI

А	Б	В	С
1, 5, 7, 9, 15	2, 3, 4, 8, 10, 14, 16, 17, 19	6, 11, 12, 13, 17	3, 1

Оценка результатов.

«5» -ставиться, если ученик правильно ответил на 20-19 вопросов.

«4»- ставиться, если ученик верно ответил на 18- 16 вопросов.

«3»- ставиться при наличии 15 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 15 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

Тестовое задание №3 Гимнастика

1. Гимнастика - это ...

- А) воспитательный процесс для совершенствования физических способностей человека
- Б) система методических приемов, применяемых для совершенствования физических способностей человека
- В) система специально подобранных физических упражнений, методических приемов, применяемых для укрепления здоровья, физического воспитания и совершенствования физических способностей человека

2. Методы — это ...

- А) дозировки для применения гимнастических упражнений и средств гимнастики с целью специально запланированного воздействия на занимающихся .
- Б) структура применения гимнастических упражнений и средств гимнастики с целью специально запланированного воздействия на занимающихся .
- В) способы применения гимнастических упражнений и других средств гимнастики с целью специально запланированного воздействия на занимающихся .

3. На какие виды делится гимнастика?

- А) Оздоровительные, образовательно-развивающие, спортивные .
- Б) Механические, развивающие, химические .
- В) Культурные, эстетические .

4. Средствами гимнастики являются ...

- А) Тренировочный процесс, внимание преподавателя .
- Б) Гимнастические упражнения, музыкальное сопровождение занятий, естественные силы природы, гигиенические процедуры, слова педагога.
- В) Ключи, гайки, болты.

5. Выбери пропущенное слово? В школе основная ... включена в уроки физической культуры, применяется в группах здоровья, общей физической подготовки.

- А) Борьба
- Б) Система
- В) Гимнастика

6. ... гимнастика учитывает особенности организма и психологического склада женщин. При подборе упражнений, методических приемов учитываются прежде всего функции материнства, поэтому специальное внимание обращается на развитие силы, быстроты, выносливости.

- А) Французская
- Б) Железная
- В) Женская
- Г) Мужская

7. Атлетическая гимнастика - это ...

- А) Способ развития быстроты, выносливости и воли, функциональных возможностей организма
- Б) Средство и метод развития умственной работоспособности
- В) Средство развития ловкости

8. У мужчин - вольные упражнения, упражнения на коне, на кольцах, на брусьях, на перекладине, опорные прыжки; у женщин - опорные прыжки, упражнения на разновысоких брусьях, на гимнастическом бревне и вольные упражнения. Что за вид

спорта?

А) Художественная гимнастика

Б) Спортивная акробатика

В) Спортивная гимнастика

9. Основными средствами ее являются упражнения танцевального характера, выполняемые с предметами и без предметов. Также они служат прекрасным средством физического воспитания девочек, девушек и женщин. Сугубо женский вид спорта. Что за вид спорта?

А) Легкая атлетика

Б) Художественная гимнастика

В) Плавание

10. В этом виде спорта, в котором спортсмены выполняют непрерывный и высокоэффективный комплекс упражнений, включающий сочетания сложнокоординационных движений, различные по сложности элементы, а также взаимодействие между партнерами. Что за вид спорта?

А) Спортивная аэробика

Б) Спортивная акробатика

В) Волейбол

11. Теория гимнастики рассматривает вопросы, связанные с содержанием гимнастики как спортивно-педагогической дисциплины, как предмета ..., с ее задачами, местом и значением в системе физического и духовного воспитания людей.

А) Познания

Б) Познания и практической деятельности

В) Познания и умственной деятельности

12. Методика преподавания гимнастики является частью ..., изучает общие основы обучения и воспитания применительно к гимнастике, к отдельным ее видам и группам упражнений.

А) Методики нравственного воспитания

Б) Спортивной одежды

В) Методики физического воспитания

13. Научно-исследовательская и научно-методическая работа по гимнастике может проводиться по всем изучаемым темам, включая особенности питания гимнастов, закаливание, массаж, использование сауны, фармакологических и восстанавливающих средств, а также ...

А) Оборудования гимнастических залов, площадок, инвентаря, вычислительной техники

Б) Столовой, кухни, ножа, вилки

В) Детских площадок, детского инвентаря, применение тренажеров, денежных средств

14. История гимнастики - это ...

А) Раздел науки политической и культурной условия жизни людей

Б) Раздел истории физической культуры и общей культуры

В) Наука о закономерностях развития гимнастики в различные исторические эпохи в связи с экономическими, политическими и культурными условиями жизни людей

15. Гимнастическая терминология - это ...

А) Система терминов для использования правил образования и применения терминов,

установленных сокращений и формы записи упражнений

Б) Система терминов для краткого и точного обозначения используемых в гимнастике понятий, предметов и упражнений, правила образования и применения терминов, установленных сокращений и формы записи упражнений

В) Форма рассказа для краткого и точного обозначения используемых в гимнастике понятий, предметов и упражнений

16. Краткое условное наименование двигательного действия или другого понятия из этой области человеческой деятельности называют ...

А) Формулой

Б) Термином

В) Снарядом

Оценка результатов.

«5» - ставится, если ученик правильно ответил на 16-14 вопросов.

«4» - ставится, если ученик верно ответил на 13- 12 вопросов.

«3» - ставится при наличии 11-10 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 10 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

Вариант №2

1. Упражнения на развитие верхней грудной мышцы

а) поллувер в тренажере б) отжимание от пола в) жим штанги на наклонной скамье

2. Упражнения на развитие большой грудной мышцы

а) разведение гантелей лежа на наклонной скамье б) разведение гантелей лежа в) жим штанги, лежа с уклоном

3. Упражнения на развитие нижней грудной мышцы

а) отжимание на брусьях б) сгибание туловища в тренажере в) сведение рук в тренажере

4. Упражнения на развитие внутренней грудной мышцы

а) тяга штанги лежа»PULL-OVER» б) жим гантелей стоя в) жим штанги узким хватом

5. Упражнения на развитие латеральной мышцы спины

а) тяга к груди на верхнем блоке узким или средним хватом б) подтягивание на перекладине хватом снизу в) разгибания туловища в тренажере

6. Упражнения на развитие широчайшей мышцы спины

а) шраги со штангой б) подтягивания на перекладине прямым широким хватом в) шраги с гантелями

7. Упражнения на развитие трапецевидной мышцы спины

а) поднятие туловища лежа на бедрах б) тяга Т-образного грифа в) вертикальная тяга к подбородку

8. Упражнения на развитие бицепса бедра

а) жим ногами б) приседания на ГАК- тренажере в) сгибание ног лежа

9. Упражнения на развитие квадрицепса бедра

а) приседания со штангой на плечах б) приседания с гантелями в) сгибание одной ноги стоя

10. Упражнения на развитие приводящей мышцы бедра

а) приведение одной ноги стоя б) разгибание ног сидя в) сведение ног сидя

11.Упражнения на развитие трицепса голени

а) разгибание голени сидя б) подъем на носки стоя в) жим стопами в тренажере

12.Упражнения на развитие ягодичной мышцы

а) выпады со штангой на плечах б) выпады с гантелями в) разведение ног в тренажере

13.Упражнения на развитие среднего пучка дельтовидной мышцы

а) жим штанги из-за головы б) жим штанги с груди сидя в) подъем гантелей в стороны

14.Упражнения на развитие переднего пучка дельтовидной мышцы

а) жим гантелей сидя б) подъем гантелей вперед попеременно в) перекрестные махи руками назад с верхних блоков

15.Упражнения на развитие заднего пучка дельтовидной мышцы

а) разведение рук с гантелями в наклоне б) жим штанги сидя из-за головы в) разгибание руки с гантелью из-за головы

16.Упражнения на развитие бицепса плеча

а) попеременные сгибания рук с гантелями б) сгибания рук с грифом штанги в) разгибания рук с рукояткой верхнего блока хватом снизу

17.Упражнения на развитие трицепса плеча

а) разгибание рук с рукояткой верхнего блока хватом сверху б) разгибание запястий со штангой хватом сверху в) разгибание рук со штангой лежа

18.Упражнения на развитие мышц предплечья

а) сгибание рук на тренажере LARRY-SCOTT б) сгибание рук со штангой хватом сверху в) сгибание рук на скамье LARRY-SCOTT

19.Упражнения на развитие прямой мышцы живота

а) подъемы туловища с поворотом б) подъем коленей в висе в) сворачивание туловища на полу

20.Упражнения на развитие косых мышц живота

а) боковые подъемы туловища на римском стуле б) подъем коленей в висе в) подъем коленей в упоре

21.Упражнения на развитие нижнего пресса

а) подъем прямых ног в упоре б) подъем ног на наклонной скамье в) боковые наклоны стоя с гантелью

22.Упражнения на развитие верхнего пресса

а) сворачивания туловища с верхним блоком б) развороты туловища с грифом в) подъемы туловища на наклонной скамье

Критерии оценивания:

«5» выполнено 20 и более

«4» выполнено 17 и более

«3» выполнено 12 и более

«2» выполнено менее 12

Тестовое задание №4 Лыжная подготовка**1. Обучение ходьбе на лыжах следует начинать:**

А) со ступающего и скользящего шага;

Б) с поворотов на месте;

В) с преодоления неровностей.

2. Основным способом передвижения на лыжах является:

А) переступание;

Б) скольжение;

В) подъем.

3. При подборе лыж носок поставленный вертикально лыжи должны находиться на уровне:

А) головы;

Б) локтя поднятой руки;

В) ладони поднятой руки;

Г) кончиков пальцев поднятой руки.

4. При подборе лыжных палок их высота должна быть такой, чтобы их верхняя часть была:

А) чуть выше подмышки;

Б) чуть выше плеч;

В) на уровне плеч.

5. Способ, который часто применяется при подъеме на лыжах в гору в прямом направлении, называется:

А) переступание;

Б) «елочкой»;

В) «лесенкой».

6. Способ подъема на склон на лыжах называется:

А) «плугом»;

Б) «упором»;

В) «елочкой»;

Г) «веером».

7. Способ подъема на склон на лыжах приставными шагами называется:

А) «лесенкой»;

Б) «полуелочкой»;

В) «переступание».

8. При подъеме в гору используется способ:

А) «лесенкой»;

Б) «полуелочкой»;

В) «елочкой»;

Г) все перечисленные.

9. Самым быстрым лыжным ходом является:

А) одновременный двухшажный коньковый ход;

Б) попеременный двухшажный ход;

В) одновременный одношажный ход;

Г) одновременный бесшажный ход.

10. Легкую атлетику называют «королевой спорта», какой вид спорта среди зимних олимпийских дисциплин называют «королем спорта»:

А) лыжный;

Б) санный;

В) конькобежный.

11. Мазь для лыж выбирают в зависимости от состояния _____ и температуры воздуха

- А) снега;
- Б) лыж;
- В) здоровья.

12. Скелетон является разновидностью:

- А) санного спорта;
- Б) конькобежного спорта;
- В) горнолыжного спорта;
- Г) многоборья.

13. Фристайл и биатлон не относятся к зимним видам спорта:

- А) да;
- Б) нет, относятся

14. Завершите предложение. Назовите зимний вид спорта, в котором спортсменам необходимо как можно быстрее преодолеть соревновательную дистанцию

15. Участники соревнований конькобежного спорта стартуют:

- А) парами;
- Б) тройками;
- В) четверками.

16. Выберите правильный(е) ответ(ы). Что относится к зимним видам спорта:

- А) скейтборд;
- Б) дуатлон;
- В) сноуборд;
- Г) фристайл;
- Д) теннис;
- Е) плавание.

17. Фристайл – это:

- А) скоростной спуск на лыжной доске;
- Б) прыжки с трамплина с элементами акробатики;
- В) прыжки с трамплина на лыжной доске;
- Г) гонки с преследованием без применения лыжных палок.

18. Сноуборд – это:

- А) скоростной спуск на лыжной доске;
- Б) прыжки с трамплина с элементами акробатики;
- В) прыжки с трамплина на мини лыжах;
- Г) прыжки на лыжах с парашютом.

19. Выберите правильный(е) ответ(ы). Что относится к зимним видам спорта:

- А) волейбол;
- Б) баскетбол;
- В) гимнастика;
- Г) керлинг;
- Д) фехтование;
- Е) бобслей;

Ж) скелетон

20. Что не относится к зимним видам спорта:

- А) скейтборд;
- Б) дуатлон;
- В) сноуборд;
- Г) фристайл.

21. Биатлон – это:

- А) скоростной спуск на лыжной доске;
- Б) прыжки с трамплина с элементами акробатики;
- В) прыжки с трамплина на мини лыжах;
- Г) лыжные гонки со стрельбой из винтовки.

22. Биатлон относится к:

- А) санному виду спорта;
- Б) конькобежному спорту;
- В) горнолыжному спорту;
- Г) лыжному виду спорта.

Оценка результатов:

«5» -ставиться, если ученик правильно ответил на 22-21 вопросов.

«4»- ставиться, если ученик верно ответил на 20- 18 вопросов.

«3»- ставиться при наличии 17-16 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 16 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно

Тестовое задание №5 Баскетбол

1) Вытянутая рука с тремя пальцами вперед. Этот жест судьи означает:



- а) три очка; б) трех очковый бросок; в) нарушение правил трёх секунд.

2) Резкое движение. Этот жест судьи означает:



- а) три секунды; б) три очка; в) три штрафных броска.

3) Скрещенные руки перед грудью. Этот жест означает:



а) пробежку игрока; б) замену игрока; в) блокировку игрока.

4) Поднятые большие пальцы рук. Этот жест означает:



а) 2 очка; б) спорный мяч; в) мертвый мяч.

5) Вращение кулаками. Этот жест судьи означает:



а) пробежку игрока; б) замену игрока; в) прокат мяча.

6) Этот жест судьи означает:



а) фол номеру 7;
б) до конца игры осталось 7 секунд;
в) счет 5:2.

7) Ладонь и палец образуют букву «Т». Этот жест судьи означает:



а) технический фол;

- б) минутный перерыв;
- в) замену игрока.

8) Сжатый кулак указывает на кольцо нарушившей команды. Этот жест судьи означает:



- а) толчок игрока;
- б) фол в атаке;
- в) удар игрока.

9) Две открытые ладони, образующие букву «Т». Этот жест судьи означает:



- а) технический фол; б) минутный перерыв; в) неправильную игру руками.

10) Две руки на бедрах. Этот жест судьи означает:



- а) толчок игрока; б) блокировку игрока; в) замену игрока.

Тест № 2

1. В каком году баскетбол возник, как спортивная игра?

- 1) 1861г.
- 2) 1891г.
- 3) 1824г.
- 4) 1904г.

2. В какой стране изобрели баскетбол?

- 1) США
- 2) Испания
- 3) Англия
- 4) Россия

3. Кто изобрел баскетбол?

- 1) Джон Вуден 2) Джеймс Нейсмит 3) Тед Тернер
- 4) Бетр Лесгадт

4. Сколько игроков обеих команд одновременно участвуют в игре?

- 1) 8 игроков
- 2) 6 игроков
- 3) 5 игроков
- 4) 10 игроков

5. Назовите размеры баскетбольной площадки

- 1) 9 x 18 м
- 2) 10 x 15 м
- 3) 20 x 40 м
- 4) 26 x 14 м

6. Чему равен вес баскетбольного мяча?

- 1) 300 - 400 г
- 2) 480 - 520 г
- 3) 1 кг - 1кг 200г
- 4) 600г - 650г

7. Высота баскетбольного кольца равна:

- 1) 2 м 50 см
- 2) 3 м 50 см
- 3) 4 м
- 4) 3 м 5 см

8. С какого номера и по какой номер должны иметь игроки баскетбольной команды на майке?

- 1) с 4 по 15
- 2) с 1 по 12
- 3) с 1 по неограниченно
- 4) с 5 по 20

9. Сколько судей проводят игру на поле?

- 1) 1
- 2) 2
- 3) 3
- 4) 4

10. Что такое "фол"?

- 1) перерыв в игре
- 2) персональное замечание игроку или тренеру
- 3) заброшенный мяч с игры
- 4) заброшенный мяч со штрафного броска

11. Сколько длится баскетбольный матч?

- 1) 2 тайма по 20 мин.
- 2) 2 тайма по 30 мин.
- 3) четыре четверти по 15 мин.
- 4) четыре тайма по 10 мин.

12. Сколько очков получает команда за заброшенный мяч с игры?

- 1) 1 очко
- 2) 2 очка
- 3) 3 очка
- 4) пол очка

13. Может ли в игре быть ничейный счет?

- 1) да
- 2) нет
- 3) может быть в финальной части турнира
- 4) может быть в предварительной части турнира

14. Сколько шагов может сделать игрок с мячом в руках?

- 1) один
- 2) два
- 3) три
- 4) четыре

15. Что такое “тайм-аут”?

- 1) минутный перерыв в игре
- 2) окончание игры
- 3) замена игроков
- 4) штрафной бросок

16. Сколько “тайм-аутов” может быть у одной команды в игре?

- 1) 2 в одном тайме
- 2) 2 в игре
- 3) 4 в одном тайме
- 4) неограниченное количество

17. Что такое “прессинг”?

- 1) вид замены игроков в игре
- 2) вид личной активной защиты
- 3) вид попадания на кольцо
- 4) вид быстрого прорыва

18) Что такое правило “трех секунд”?

- 1) время выбрасывания мяча из-за линии площадки
- 2) время для исполнения штрафного броска
- 3) время нахождения игрока нападающей команды в трехсекундной зоне соперников
- 4) время для замены игроков

19. Сколько очков получает команда, забросившая мяч в кольцо с дистанции далее 6 метров?

- 1) одно
- 2) два
- 3) три
- 4) четыре

20. Сколько фолов может получить игрок за одну игру?

- 1) один
- 2) два
- 3) пять
- 4) десять

4.2. Перечень вопросов для промежуточной аттестации по предмету

Тест на знание жестов судьи по баскетболу

А.1 Жесты, приведенные в этих Правилах, являются единственными официальными жестами. Они должны использоваться всеми Судьями во всех играх.

А.2 Важно, чтобы Судьи за столиком также были знакомы с этими жестами.

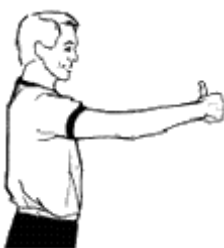
I - Засчитывание мяча

1	2	3	4	5
Одно очко	Два очка	Попытка трехочкового броска	Успешный трехочковый бросок	Очки не считать, игровое действие отменяется
				
опустить кисть	опустить кисть	резкое движение	резкое движение	быстрое разведение рук

II - Относящиеся ко времени

6	7	8	9
Остановка часов (вместе со свистком) или часы не включать	Остановка часов для фолла (вместе со свистком)	Включение игрового времени	Новый отсчет 24-х секунд
			
открытая ладонь	ладонь направлена, на нарушителя	отмашка рукой	вращение пальцем

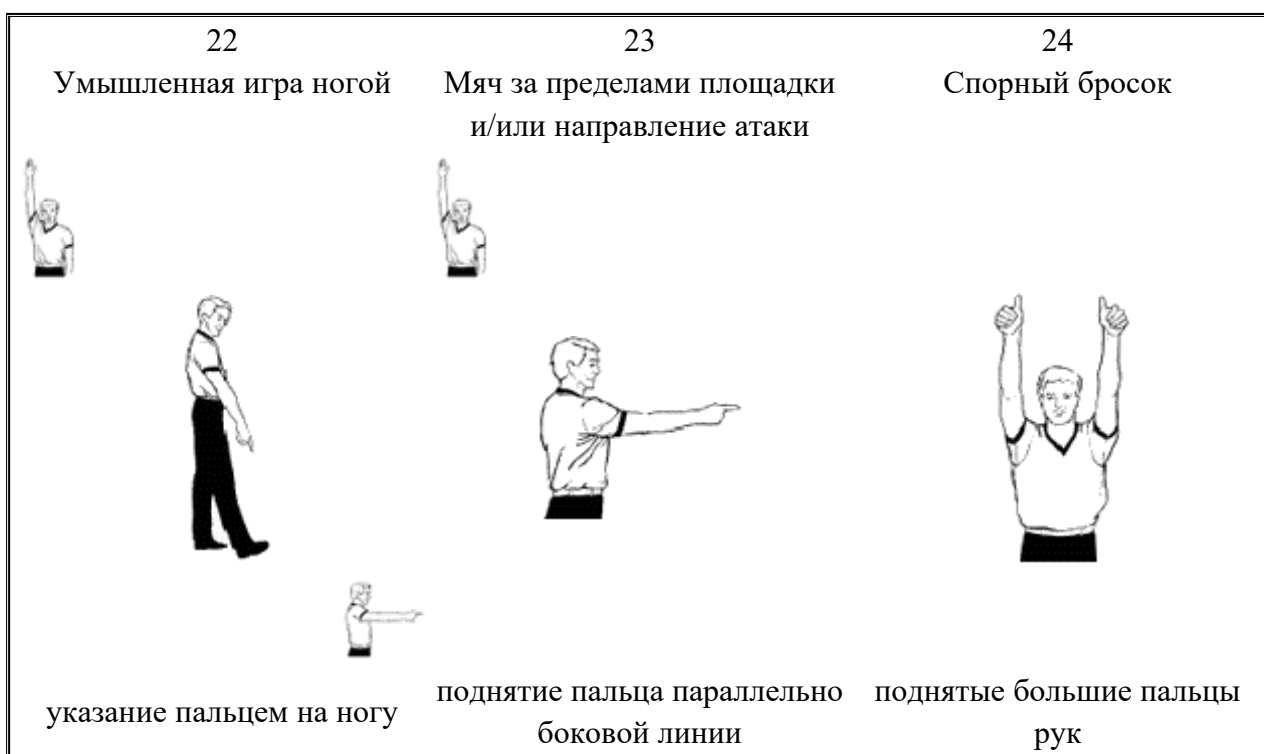
III - Административные

10	11	12	13
Замена	Приглашение на площадку	Затребованный перерыв	Связь между судьями на площадке и судьями за столом
			
скрещенные руки перед грудью	взмах открытой ладонью	ладонь и палец, образуют букву 'T'	большой палец вверх

IV - Нарушения

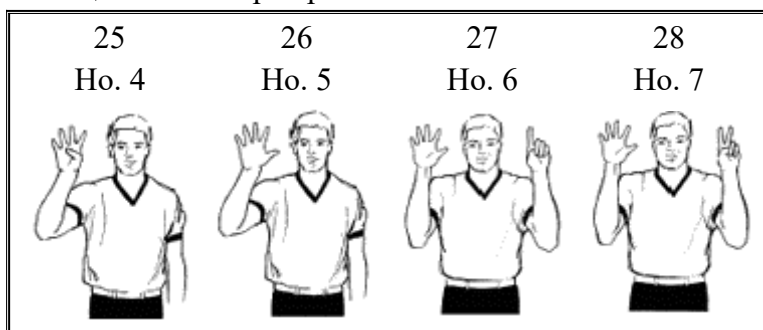
14	15	16	17
Пробежка	Неправильное ведение или двойное ведение	Задержка мяча	Нарушение правила 3-х секунд
  	  	  	  
вращение кулаками	движение вверх-вниз	полувращение, вперед	вытянутая вперед рука с тремя пальцами

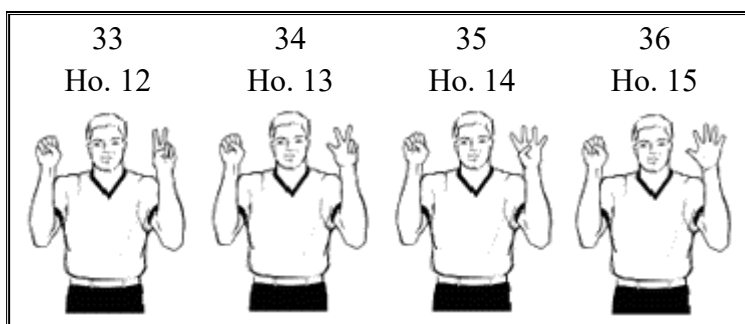
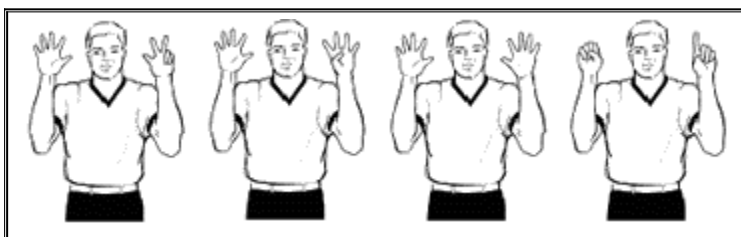
18	19	20	21
Нарушение правила 5-ти секунд	Нарушение правила 8-ми секунд	Нарушение правила 24-х секунд	Возвращение мяча в тыловую зону
			



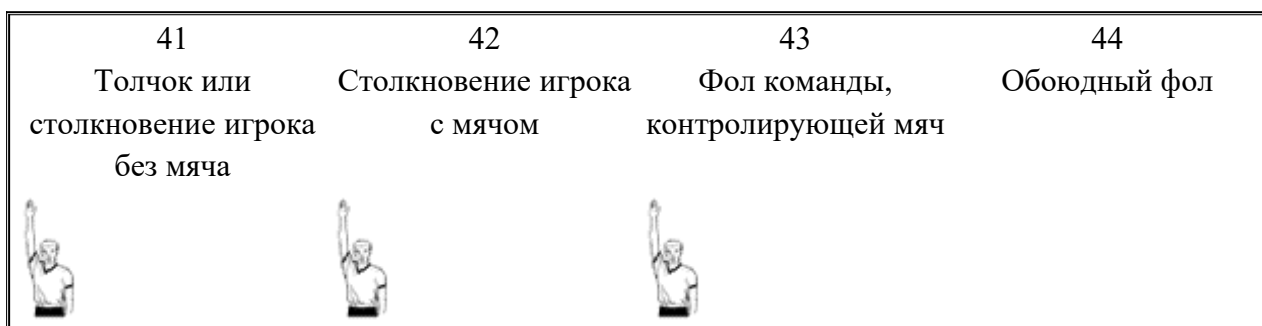
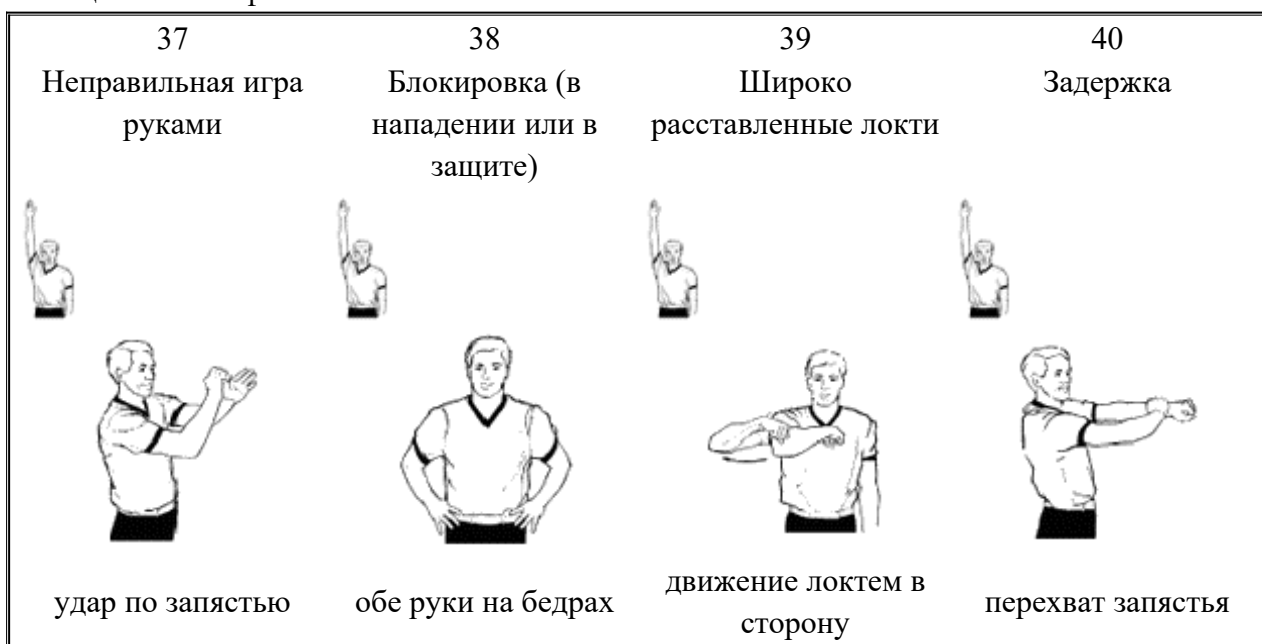
V - Показ фола секретарскому столику (3 позиции)

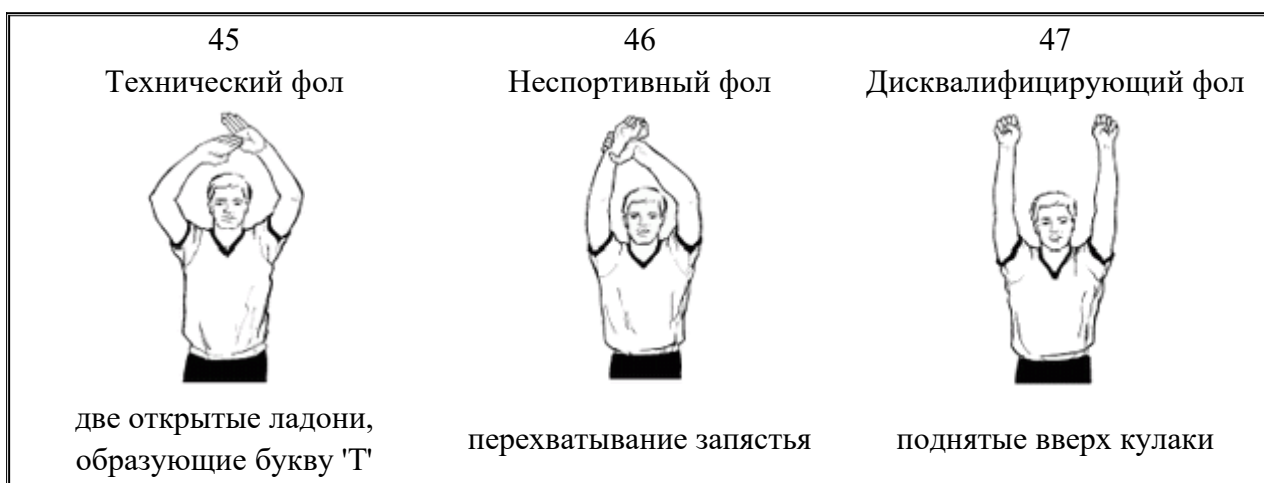
Позиция 1 - Номер игрока



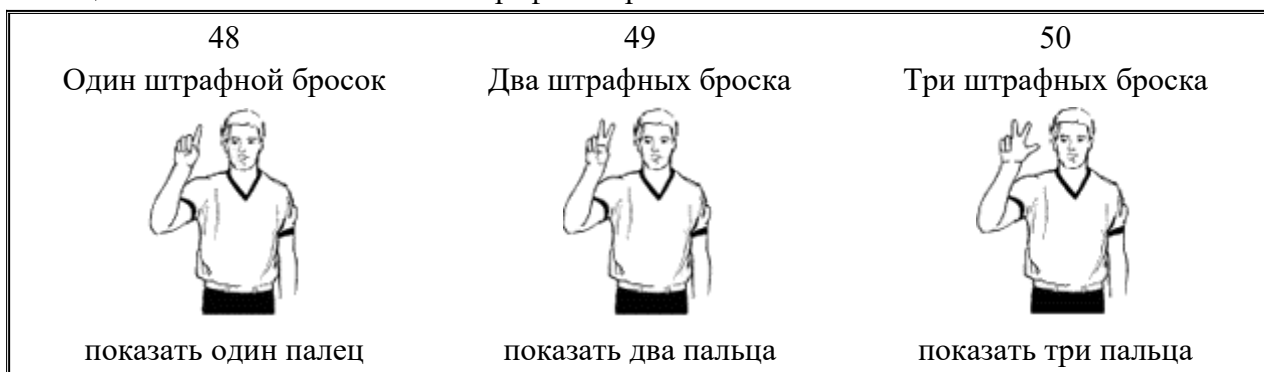


Позиция 2 - Тип фола

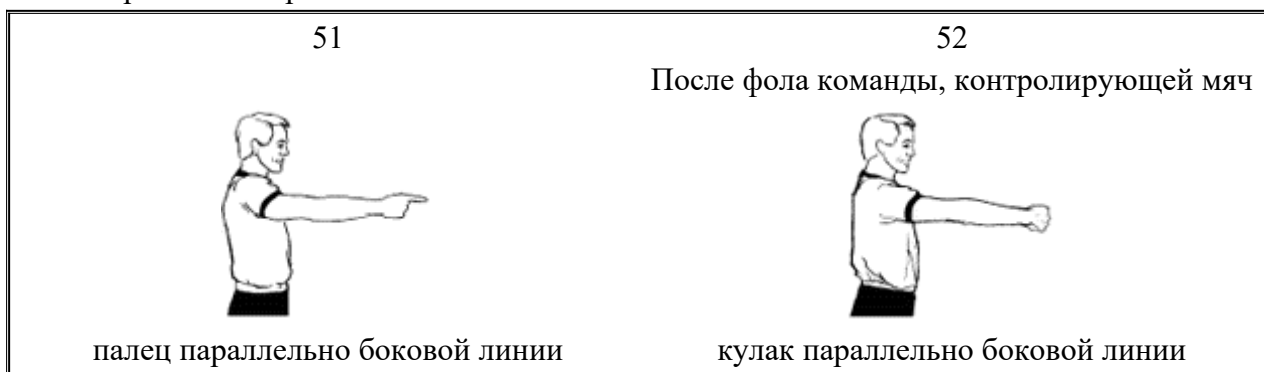




Позиция 3 - Число назначенных штрафных бросков

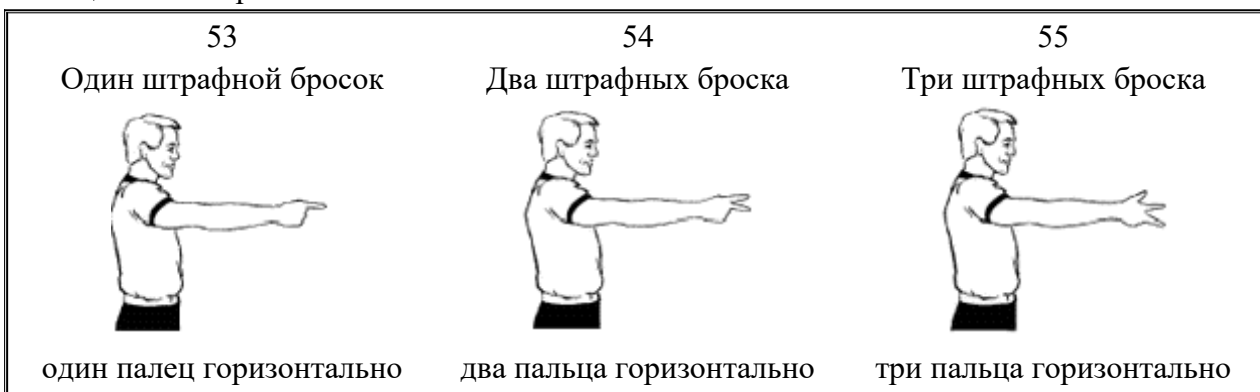


или Направление игры

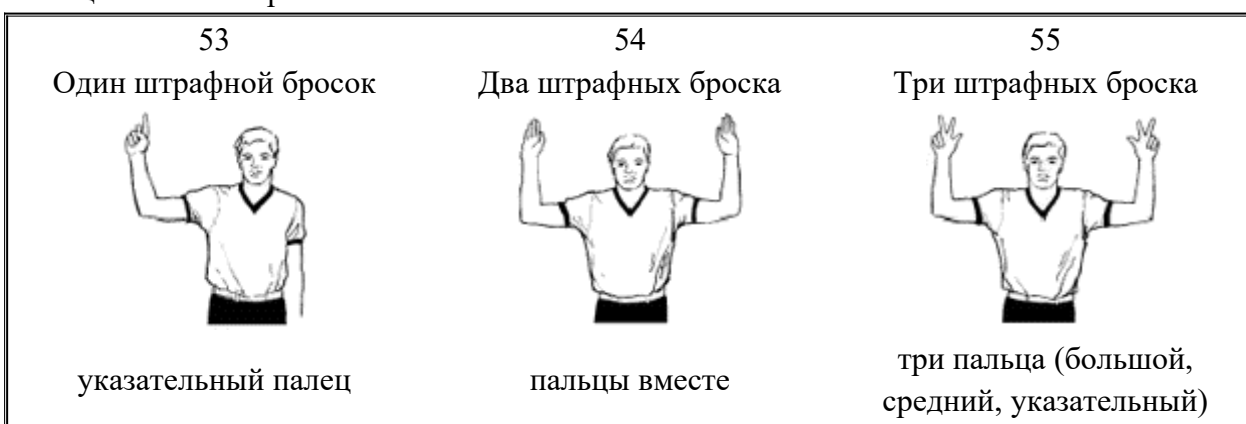


VI - Выполнение штрафного броска (2 позиции)

Позиция 1 - В ограниченной зоне



Позиция 2 - Вне ограниченной зоны



Оценка результатов.

«5» - ставится, если правильно ответили на 55-53 вопросов.

«4»- ставится, если верно ответили на 52- 40 вопросов.

«3»- ставится при наличии 39-30 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 30 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно

Контрольные нормативы:

№ Тема		Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
1	Бег на длинные дистанции 1000 м 500м. (девушки) (мин./сек.)	3,35(юноши) 1,50(девушки)	3,45(юноши) 2,00(девушки)	4,05(юноши) 2,10(девушки)	больше 4,05 больше 2,10
2	Верхняя подача в зону	из 10 попыток 10-8 попаданий	из 10 попыток 7 попаданий	из 10 попыток 5 попаданий	из 10 попыток меньше 5

Инструкция для преподавателя

Тестовое задание проводится для установления качества усвоения знаний и умений по дисциплине ОУДБ. 04.«Физическая культура»

Согласно учебному плану рубежный контроль проводится в конце 1 семестра, промежуточный контроль проводится в конце 2 семестров.

Качество выполненной работы оценивается по пятибалльной системе в зависимости от процентного соотношения выполненных заданий.

Время выполнения тестового задания -45 минут.

Спортивные нормативы по каждому разделу, выполняются строго по разработанным критериям оценивания (на время и количество раз).

При выполнении тестовых заданий № 1-5 обучающийся должен правильно ответить и записать в соответствующие строки бланка ответов. В результате выполнения должна получиться последовательность из пары «цифра-буква». Например, 1-А, 2-Б, 3-В.

Проверка тестового задания проводится в соответствии с представленным эталоном ответа и критериями оценивания.

Максимальное количество баллов за полностью выполненное тестовое задание

Оценка "отлично" ставиться при правильном выполнении 91-100 % задания

Оценка "хорошо" ставиться при правильном выполнении 81-90% задания

Оценка "удовлетворительно" ставиться при правильном выполнении 70-80 % задания

Оценка "неудовлетворительно" ставиться при правильном выполнении менее 70% задания

5.Особенности текущего контроля и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для освоения образовательной программы лицами с ограниченными возможностями здоровья предусматривается организация учебного процесса

использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается (в случае наличия таких обучающихся):

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:
 - предоставление альтернативных форматов используемых методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
 - присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
 - преимущественное использование индивидуальных и групповых заданий, контроль выполнения которых осуществляется в устной форме;
 - на занятиях также рекомендуется использование звукозаписывающего устройства и компьютеры как способ конспектирования;
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:
 - надлежащие звуковые средства воспроизведения информации;
 - наглядность при подаче материала;
 - преимущественное использование заданий, проверка решения которых осуществляется в письменной форме либо в текстовом режиме;
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушение опорно-двигательного аппарата:
 - возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения.

Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или индивидуально. При его реализации предусматривается использование технических средств, необходимых им с их индивидуальными особенностями.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов или лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

В освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Индивидуальная работа может проводиться в аудиовизуальной, либо в текстовой форме. Освоение образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения, включая:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование;
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование;
- учебная аудитория для самостоятельной работы – стандартные рабочие места с персональными компьютерами; рабочее место с персональным компьютером, с программой экранного доступа, программой экранного увеличения для студентов с нарушением зрения.

