



Принято  
Решением Педагогического совета  
АНО ДПО «СИБИНДО»  
Протокол № 01-01/1 от 21.01.2025

Утверждено  
Ректор АНО ДПО «СИБИНДО»



В.И. Гам

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Теория и методика физического воспитания»**

для реализации дополнительной профессиональной программы  
профессиональной переподготовки  
«профессиональной переподготовки  
**«Инструктор по физической культуре ДОО. Организация и  
планирование деятельности инструктора по физической культуре в  
условиях реализации ФГОС»**

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины
2. Требования к уровню освоения содержания учебной дисциплины
3. Структура и содержание дисциплины (модуля)
4. Методические указания для организации самостоятельной работы
5. Условия реализации программы
6. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины
7. Приложения

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «профессиональной переподготовки «Инструктор по физической культуре ДОО. Организация и планирование деятельности инструктора по физической культуре в условиях реализации ФГОС»

## 1.2. Место учебной дисциплины в структуре профессиональной образовательной программы

Данная УД относится к блоку профессиональных и специальных дисциплин

## 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины

**Цель дисциплины:** ознакомление слушателей с основами физического воспитания и спорта и привить умение практической реализации основ теоретико-методических положений в профессиональной деятельности педагога (инструктора) по физической культуре и спорту.

### **Задачи курса:**

- изучить организационные формы физического воспитания и спорта;
- создать представление об интегрирующей роли дисциплины теории и методике физического воспитания и спорта;
- научить применять на практике теорию и методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств, формирования знаний

## 1.4. Количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины - в зависимости от продолжительности программы:

ДПП ПП – 520 ч. - Количество часов на освоение программы дисциплины: максимальной учебной нагрузки обучающегося – 50 часа, включая: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 38 часов, самостоятельной работы обучающегося – 12 ч.

# 2. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения дисциплины слушатель должен:

### **знать:**

- ценностные основы профессиональной деятельности в сфере оздоровительно- рекреативной физической культуры;
- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;

- методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;

- методику проведения диагностики физического развития детей.

**Уметь:**

- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;

- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;

- проводить мероприятия двигательного режима с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;

- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми.

**Владеть:**

- средствами и методами формирования здорового стиля жизни.

### 3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН 520 ч.

Объем часов (по наличию видов занятий)										Форма итогового контроля
Общая трудоемкость	Аудиторные занятия					Самостоятельная работа				
	Всего	Лекции	Семинарские (практические занятия)	Консультации	Другие виды занятий	Всего	Курсовая работа	Реферат	Другие виды самостоятель	
50	38	24	24			12			12	зачет

#### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

№	Раздел (тема) дисциплины	Всего о часов (в труд оемк ости)	Аудиторные			Самостоятель ная работа студентов, включая индивидуальн ые консультации
			Л е к ц и и	Семи нарск ие (прак тичес кие) занят ия	Лабо ратор ные занят ия	
1	Обучение, воспитание и развитие дошкольников в	10	4	4		2

	процессе занятий физическими упражнениями					
2	Методика обучения физическим упражнениям	6	4			2
3	Формы организации физического воспитания в дошкольных образовательных организациях.	12	6	4		2
4	Планирование и организация работы по физическому воспитанию в дошкольной образовательной организации.	12	6	2		4
5	Методы развития физических качеств	10	4	4		2
	ИТОГО:	50	24	14		12

### **Основное содержание дисциплины:**

#### **Раздел 1. Обучение, воспитание и развитие дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями**

Особенности физического развития ребенка от рождения до 7 лет. Закономерности формирования двигательных навыков, задачи этапов обучения. Методика воспитания психофизических качеств. Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей раннего и дошкольного возраста. Режимные процессы, проведение режимных моментов в ДОО, составление конспекта проведения режимных процессов, оформление протокола наблюдения за организацией и проведением режимных процессов; решение профессиональных задач

#### **Раздел 2. Методика обучения физическим упражнениям**

Программные требования по обучению дошкольников строевым упражнениям: построениям, перестроениям, поворотам. Основные движения: усложнение программных задач по обучению ходьбе, бегу, прыжкам, метанию, ползанию (лазанию). Техника выполнения основных движений. Методика обучения общеразвивающим упражнениям. Подвижные игры для детей дошкольного возраста. Спортивные игры, их характеристика, методика обучения спортивным играм. Спортивные упражнения. Оборудование и инвентарь для работы по физическому воспитанию (составление конспекта Постановления Минздрава РФ Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 (ред. от 27.08.2015г.): оценка физкультурно-

развивающей среды дошкольной образовательной организации; разработка проекта физкультурно- развивающей среды. Спортивное оборудование в детском саду и на участке. Обеспечение техники безопасности при организации работы по физическому воспитанию детей в дошкольной образовательной организации.

### **Раздел 3. Формы организации физического воспитания в дошкольных образовательных организациях**

Структура и содержание двигательного режима детей раннего и дошкольного возраста. Различные формы организации детской деятельности по освоению образовательной области «Физическое развитие». Организованная образовательная деятельность по образовательной области «Физическое развитие» для разных возрастных групп (сюжетная, игровая, интегрированная и другие формы проведения с учетом ФГОС ДО; наблюдение, анализ, проведение ОД в конкретной возрастной группе); использование на физкультурных занятиях инновационных педагогических технологий; подбор материала по организации ОД «Физическое развитие», составление аннотаций, подбор материала к решению профессиональной задачи). Утренняя гимнастика в детском саду (составление конспектов утренней гимнастики - сюжетная, сюжетно-игровая формы проведения, с использованием художественного слова, инновационных технологий; ритмическая гимнастика, стретчинг, фитбол, двигательная, пальчиковая гимнастика и использованием самомассажа и др.) Гимнастика после дневного сна в детском саду (составление конспектов гимнастики после дневного сна в разных возрастных группах). Физкультминутки: значение и специфика проведения (составление плана ответа на контрольные вопросы; оформление альбома физкультминуток; проведение физкультминуток в детском саду).

### **Раздел 4. Планирование и организация работы по физическому воспитанию в дошкольной образовательной организации**

Планирование работы по образовательной области «Физическое развитие» (анализ календарного плана воспитателя, составление плана физкультурно-оздоровительной работы на три дня для конкретной возрастной группы).

Взаимодействие дошкольной организации с семьей по обеспечению здоровья детей (разработка программы сотрудничества дошкольного учреждения с семьей на 3 месяца; подбор литературы, составление, проведение консультации для родителей; составление информационного бюллетеня для родителей). Ознакомление с проектом как методом формирования профессиональных интересов.

### **Раздел 5. Методы развития физических качеств**

Методы строго регламентированного упражнения. Методы переменного упражнения. Комбинированные методы. Физическое качество сила и основы методики ее воспитания. Общая характеристика, определение понятий и особенности развития. Скоростные способности и основы методики их воспитания. Общая характеристика, определение понятий и особенности развития. Выносливость и основы методики ее воспитания. Гибкость и основы методики ее воспитания. Общая характеристика, определение понятий и особенности развития. Двигательно-координационные способности и основы их

#### **4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины можно на вводной лекции из её представления преподавателем или самостоятельно на официальном Интернет-сайте Академии. Следует обратить внимание на список основной и дополнительной литературы, которая имеется в электронной библиотечной системе на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения. Подготовка к учебному занятию лекционного типа.

Обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса:

- 1) знакомит с новым учебным материалом;
- 2) разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- 3) систематизирует учебный материал;
- 4) ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу. Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: процесс предварительной подготовки, работа во время занятия, обработка полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе в аудитории.

Для более углубленного изучения темы предлагаются задания для самостоятельной работы, их рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

### **Темы для самостоятельной работы.**

1. Предмет теории и методики физического воспитания и спорта.
2. Характеристика средств физического воспитания.
3. Связь физического воспитания с трудовым воспитанием.
4. Принцип оздоровительной направленности физического воспитания.
5. Классификация физических упражнений.
6. Цель, задачи и принципы физического воспитания.
7. Педагоги и ученые о физическом воспитании.
8. Характеристика туризма как средства и метода физического воспитания.
9. Сущность и реализация принципа систематичности в процессе физического воспитания.
10. Формирование активной жизненной позиции как одна из важнейших задач нравственного воспитания в процессе физического воспитания.
11. Физическое упражнение как специфическое и основное средство физического воспитания.
12. Методы научного исследования, применяемые в физическом воспитании.
13. Исторический и классовый характер системы физического воспитания.
14. Методы обучения в физическом воспитании.
15. Характеристика гимнастики как средства и методы физического воспитания.
16. Этапы обучения двигательным навыкам.
17. Принцип оздоровительной направленности физического воспитания.
18. Определение понятий: физическое воспитание, физическое развитие, физическая культура, физическое образование, связь этих понятий.
19. Естественные факторы природы и гигиенические условия как средства физического воспитания.
20. Значение навыков. Явление переноса двигательных навыков.
21. Сущность и реализация принципа систематичности в процессе физического воспитания.

## **5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **5.1. Организационно-педагогические требования, обеспечивающие реализацию Программы**

Условия реализации Программы в АНО ДПО «СИБИНДО» обеспечивают реализацию ППО в полном объеме, соответствие качества подготовки слушателей установленным требованиям.

Продолжительность учебного часа теоретических и практических занятий составляет один академический час (45 минут).

### **5.2. Кадровые требования, обеспечивающие реализацию Программы**

Реализация Программы обеспечивается высококвалифицированными педагогическими и научно-педагогическими кадрами, имеющими достаточный опыт работы в области профессиональной деятельности, соответствующей преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине



(модулю), состоящими в штате АНО ДПО «СИБИНДО» или привлекаемыми.

### **5.3. Материально-технические условия реализации Программы**

Программа реализуется в заочной (без отрыва от производства)/очно-заочной форме с использованием в соответствии с частью 2 статьи 13 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» электронного обучения, а также дистанционных образовательных технологий.

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии слушателей и педагогических работников.

Для реализации учебной дисциплины с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств, которые обеспечивают освоение слушателями ППО в полном объеме, независимо от места нахождения.

Дистанционный курс проходит на виртуальной образовательной платформе CMS (LMS) Moodle (по лицензии GNU GPL). Система расположена на сервере организации под управлением ОС Linux Debian 9 с СУБД MYSQL.

Идентификация пользователей осуществляется с помощью уникального логина и пароля. Работа организована на широкополосных высокочастотных каналах передачи данных. Предусматривается организация дистанционной поддержки преподавателям и обучающимся.

При реализации Программы с применением электронного обучения и дистанционных технологий местом осуществления образовательной деятельности является место нахождения АНО ДПО «СИБИНДО» независимо от места нахождения слушателя.

Для организации самостоятельного продвижения слушателей в программе: лекционные материалы, дополнительные материалы, методические рекомендации по организации индивидуальной работы слушателей, задания для самопроверки, требования к оформлению итоговых работ, задания для итоговой аттестации. Сопровождение самостоятельной работы слушателей предполагает согласование индивидуальных планов работы (виды и темы заданий, сроки представления результатов); проведение индивидуальных и групповых консультаций; промежуточный контроль хода выполнения заданий; оценка результатов выполнения заданий.

Эффективное использование электронных образовательных ресурсов возможно при условии наличия качественного доступа слушателей к информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Слушатели, выполняя задания, предусмотренные программой при необходимости, имеют возможность обратиться к педагогическим работникам за помощью.

#### **5.4. Информационно-методическое обеспечение реализации Программы**

Образовательный процесс в АНО ДПО «СИБИНДО» в полном объеме обеспечен электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем учебным дисциплинам Программы, имеется доступ к печатным и электронным образовательным ресурсам (ЭОР), в том числе к электронным образовательным ресурсам, размещенным в федеральных и региональных базах данных ЭОР. Подключение библиотеки к Интернету обеспечивает удаленный доступ к электронным каталогам и полнотекстовым базам. Перечень используемых источников, учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы предоставляется слушателям.

Используются следующие информационные технологии и информационные справочные системы:

- проведение онлайн занятий через ПО BigBlueButton с использованием слайд-презентаций, демонстрации видео и графических материалов;
- проведение занятий и проверка знаний с использованием СДО Moodle;
- офисные программы Windows; Linux, Microsoft Office; LibreOffice, Adobe Reader, Mozilla Firefox;

По всем темам дисциплины разработаны:

- электронные презентации для проведения лекционных и практических занятий;
- используется составленная фильмотека по отдельным темам учебного курса;
- имеется комплект видеороликов для наглядного представления вопросов при изучении ряда тем учебной дисциплины.

#### **5.5. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники:**

1. Завьялова, Т. П. Стародубцева, И. В. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста : учебное пособие для академического бакалавриата / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 351 с.

2. Кожухова, Н.Н. Рыжкова, Л.А. Борисова, М.М. Методика физического воспитания и развития ребенка. Учебное пособие / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова. - М.: ИНФРА-М, 2019. - 312 с.

3. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна Степаненкова. — 2-е изд., испр. — М.: Издательский центр «Академия», 2006. — 368 с.

4. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учебник для студентов учреждений высшего образования / В. Н. Шебеко. Минск : Вышэйшая школа, 2021. - 278 с.

##### **Дополнительная литература:**

5. Вавилова, Е.Н. Развитие основных движений у детей 3-7 лет : система работы / Вавилова Е. Н. - Москва : Скрипторий, 2007. - 156 с.
6. Гурьев, С. Использование компьютера в физическом воспитании дошкольников / Сергей Гурьев. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2017.
7. Давыдова, О.И. Богославец, Л.Г. Режим дня дошкольника. Правда и мифы / О.И. Давыдова, Л.Г. Богославец. - М.: Сфера, 2018. - 128 с.
8. Ким, Т. К. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста : учеб. пособие / Т. К. Ким; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. пед. гос. ун-т. М. : МПГУ, 2015. - 204 с.
9. Лесгафт, П. Ф. Педагогика. Избранные труды / П. Ф. Лесгафт. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 374 с.

## **6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Освоение программы, в том числе отдельной части (модуля) или всего объема темы, сопровождается текущим контролем успеваемости, промежуточной и итоговой аттестацией слушателей. Формы и порядок текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации определяются при разработке программы целесообразно ее целевым установкам и доводятся до сведения слушателей в начале обучения.

Текущий контроль - процесс определения степени владения и/или усвоения слушателями изучаемого учебного материала в ходе семинарских (практических) занятий в соответствии с содержанием программы. Цель текущего контроля - обеспечение обратной связи между актуальными знаниями и умениями обучающихся и планируемыми результатами обучения в рамках изучения определенной темы, модуля программы для реализации преподавателем контрольно-корректировочной деятельности.

**Система текущего контроля включает:** контроль знаний, умений, навыков, усвоенных в данном курсе в форме контрольной работы, индивидуального собеседования; выполнения заданий в ходе практических работ; исследовательского, творческого проекта; решения кейсов. Показатели и шкала оценивания формы контроля – устное сообщение, собеседование, решение кейса, тестирование в Приложении 3. Формы, виды, средства осуществления текущего контроля ориентированы на реализацию компетентностного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы.

Промежуточная аттестация - процесс определения уровня достижения слушателями планируемых результатов обучения в завершении освоения структурно-логического компонента. Цель промежуточной аттестации - обеспечение обратной связи между образовательными результатами, достигнутыми слушателями, и планируемыми результатами обучения по отдельной части курса (модуля) для установления фактического уровня ее освоения слушателями. Система промежуточной аттестации предполагает: зачет, зачет с оценкой или экзамен. Показатели и шкала оценивания форм контроля в Приложении 3.

Формы, виды, средства осуществления промежуточной аттестации ориентированы на реализацию компетентного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы\*.

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения слушателями образовательной программы. Итоговая аттестация для слушателей, завершающих обучение по программе, является обязательной. Итоговая аттестация проводится с использованием ДОТ. Итоговая аттестация слушателей осуществляется аттестационной комиссией. Итоговая аттестация планируется с учетом организационной целесообразности и возможности наиболее эффективно оценить и проанализировать качество освоения (соответствие результатов освоения слушателями заявленным целям и планируемым результатам обучения). Формы, виды, средства осуществления промежуточной аттестации ориентированы на реализацию компетентного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы\*\*. Итоговая аттестация проводится в форме зачета. В рамках организации работы над индивидуальной научно-методической темой слушатели выполняют по выбору одно из трех предложенных заданий, включающих теоретическую и практическую часть. Выполняется итоговая работа в соответствии с Требованиями к итоговой аттестационной работе. Конкретную тему итоговой работы слушатель формулирует самостоятельно в пределах содержания программы\*\*\*.

\* Примерные задания для текущего контроля в приложении 1.

\*\* Примерные задания для итогового контроля в приложении 2.

\*\*\* Критерии оценивания заданий промежуточной и итоговой аттестации в приложении 3.

**Примерные задания для промежуточной аттестации  
(задание)**

**Подготовьте презентацию по теме.**

1. Сущность и реализация принципа наглядности и прочности в процессе физического воспитания.
2. Этапы обучения двигательному навыку.
3. Эстетическое воспитание и пути решения его задач в процессе физического воспитания.
4. Методы развития физических качеств.
5. Явление переноса двигательных навыков.
6. Закономерности формирования двигательного навыка.
7. Спортивные соревнования как метод и форма организации физического воспитания. Положение о соревнованиях.
8. Методы контроля и испытаний в определении уровня развития физических качеств спортсменов.
9. Передовые педагоги и ученые о физическом воспитании.
10. Методика воспитания быстроты двигательной реакции.
11. Этапы обучения двигательному навыку.
12. Периодизация дошкольного возраста.
13. Средства физического воспитания по возрастным группам в дошкольном возрасте.
14. Формы организации физического воспитания дошкольников.
15. Особенности методики занятий с дошкольниками.

Приложение 2

**Примерные задания для итоговой аттестации  
(тест)**

**1. Определить какой группе задач относится следующая: *Обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма ребенка – это***

а - оздоровительные задачи; б – образовательные задачи; в – воспитательные задачи.

**2. Выбрать правильный ответ. Положительное влияние физических упражнений на организм ребенка усиливают...**

а – психогигиенические факторы; б – природные факторы; в – оба ответа верны.

**3. Из перечня выбрать характеристику, относящуюся к двигательному умению:**

а – повышенная концентрация внимания; б - высокая надёжность движения;

в - стабильность выполнения движения; г - экономичность выполнения движения

**4. Определить какому этапу обучения движению соответствует задача:** *Вырабатывать у детей умение выполнять движение в различных условиях.*

а – этапу первоначального разучивания; б – этапу углублённого разучивания;

в – этапу закрепления и совершенствования двигательного действия; г – все ответы верны.

**5. Выбрать длительность этапа углубленного разучивания физического упражнения:**

а – 1-3 занятия; б – 3-6 занятий; в – 10 и более занятий; г – нет верного ответа.

**6. Выбрать задачу, соответствующую этапу углубленного разучивания движения:**

а - создать правильное представление о каждом элементе техники движения;

б - создать целостное представление о движении;

в – сформировать умение выполнять движение в общих чертах;

г – нет верного ответа.

**7. Определить какая группа методов обучения помогает детям закрепить мышечные ощущения движения:** а – словесные; б – наглядные; в – практические; г – все ответы верны.

**8. Определить прием обучения:** *Создание зрительного представления о физических упражнениях – это...*

а – описание; б – указания; в – зрительные ориентиры; г – показ упражнения.

**9. Определить психофизическое качество:** *Степень напряжения мышц при их сокращении.*

а – ловкость; б – сила; в – быстрота; г – выносливость.

**10. Бег с обеганием препятствий используют для оценки уровня развития у детей...**

а – силы; б – быстроты; в – ловкости; г - выносливости.

**11. Определить какой группе задач относится следующая:** *Формирование у детей двигательных умений и навыков – это...*

а - оздоровительная задача; б – образовательная задача; в – воспитательная задача.

**12. Выбрать правильный ответ.** Что является основным средством физического воспитания?

а – физические упражнения; б – психогигиенические факторы; в – природные факторы.

**13. Из перечня выбрать характеристику, относящуюся к двигательному навыку:**

а – неточность выполнения движения; б - нестабильность движения;

в – напряженность мускулатуры; г - экономичность выполнения движения.

**14. Определить какому этапу обучения движению соответствует задача:** *Исправление имеющихся ошибок в выполнении двигательного действия.*

а – этапу первоначального разучивания; б – этапу углублённого разучивания;

в – этапу закрепления и совершенствования двигательного действия; г – все ответы верны.

**15. Выбрать длительность этапа первоначального разучивания физического упражнения:**

а – 1-3 занятия; б – 3-6 занятий; в – 10 и более занятий; г – нет верного ответа.

**16. Выбрать задачу, соответствующую этапу закрепления и совершенствования двигательного действия:**

а - создать правильное представление о каждом элементе техники движения;

б - создать целостное представление о движении;

в – сформировать умение выполнять движение в общих чертах;

г – стимулировать детей к самостоятельному выполнению движения.

**17. Определить какая группа методов обучения помогает ставить перед ребенком двигательную задачу:** а – словесные; б – наглядные; в – практические; г – все ответы верны.

**18. Определить прием обучения: Уточнения, направленные на повышение качества техники выполняемого движения – это...**

а – описание; б – указания; в – зрительные ориентиры; г – показ упражнения.

**19. Определить психофизическое качество: Способность человека совершать действия в минимальный для данных условий отрезок времени**

а – ловкость; б – сила; в – быстрота; г – выносливость.

**20. Наклон, стоя на гимнастической скамейке используют для оценки уровня развития у детей...**

а - выносливости; б – быстроты; в – гибкости; г - силы.

### Приложение 3

**Показатели и шкала оценивания формы контроля – устное сообщение, собеседование, решение кейса, тестирование.**

Шкала оценивания	Описание критерия для устного сообщения, собеседования (в т.ч. онлайн, оффлайн)	Критерии для контрольной работы, кейса, теста
5 «отлично»	-обучающийся полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; -обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; -излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.	Правильный ответ не менее чем на 84% заданий

4 «хорошо»	- обучающийся дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.	Правильный ответ не менее чем на 67% заданий
3 удовлетворительно	обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: -излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; -не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; -излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.	Правильный ответ не менее чем на 50% заданий
2 неудовлетворительно	-обучающийся обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.	Правильный ответ менее чем на 50% заданий.

#### Показатели и шкала оценивания формы контроля – Зачет

Шкала оценивания	Описание критерия
Зачтено (выполнено более 50% заданий)	В освещении вопросов не содержится грубых ошибок, самостоятельно выполнена практическая часть заданий, выполнены требования к оформлению задания и срокам его сдачи.
Не зачтено Выполнено менее 50 % заданий	Обучающихся не справился с заданием (выполнено менее 50% задания), нераскрыто основное содержание вопросов, имеются грубые ошибки в выполнении практической части задания, а также работа выполнена несамостоятельно.

#### Показатели и шкала оценивания формы контроля -- Зачет с оценкой:

- 2 (неудовлетворительно) – выполнено правильно меньше 50% заданий;
- 3 (удовлетворительно) – больше либо равно 50%, но меньше 70%;
- 4 (хорошо) – больше либо равно 70%, но меньше 85%;
- 5 (отлично) – не менее 85%.

#### Показатели и шкала оценивания формы контроля – Экзамен

Оценка	Критерии для оценивания экзамена (т.ч. онлайн, оффлайн)
--------	---



<p>5 «отлично»</p>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;</li> <li>– полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий, в рамках обсуждаемых заданий;</li> <li>– способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</li> <li>– логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора;</li> <li>– умение решать практические задания;</li> <li>– свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</li> </ul>
<p>4 «хорошо»</p>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;</li> <li>– твердые знания теоретического материала. -способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;</li> <li>– правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</li> <li>– умение решать практические задания, которые следует выполнить.</li> <li>– владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>– наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам.</li> </ul> <p>Возможны незначительные оговорки и неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.</p>
<p>3 «удовлетворительно»</p>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– знания теоретического материала;</li> <li>– неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;</li> <li>– неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы.</li> <li>– недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>– умение, без грубых ошибок, решать практические задания, которые следует выполнить.</li> </ul>
<p>2 «неудовлетворительно»</p>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– существенные пробелы в знаниях учебного материала;</li> <li>– допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;</li> <li>– непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета;</li> <li>– отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</li> </ul>

	– отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкую степень контактности
--	---

### Шкала оценивания в зависимости от уровня сформированности компетенций

#### Уровень сформированности компетенций

Результаты освоения	1. Недостаточный: компетенции не сформированы	2. Пороговый: компетенции сформированы	3. Продвинутый: компетенции сформированы	4. Высокий: компетенции сформированы
<b>Знать:</b>	Знания отсутствуют.	Сформированы базовые структуры знаний.	Знания обширные, системные.	Знания твердые, аргументированные, всесторонние.
<b>Уметь:</b>	Умения не сформированы	Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер.	Умения носят репродуктивный характер применяются к решению типовых заданий.	Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий.
<b>Владеть:</b>	Навыки не сформированы	Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка.	Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка.

#### Критерии оценивания тестовых работ

Оценка за контроль ключевых компетенций слушателей производится по пятибалльной системе. При выполнении заданий ставится отметка:

- «3» - за 50-70% правильно выполненных заданий,
- «4» - за 70-85% правильно выполненных заданий,
- «5» - за правильное выполнение более 85% заданий.

#### Требования, предъявляемые к методической разработке и ее оформлению

Вид	1. информационная (методическое описание, комментарий, аннотация, листовка, бюллетень, рецензия, реферат, анализ, положение, памятка, инструкция); 2. практико-ориентированная (программа, проект, разработка конкретного урока, темы программы, разработка методики преподавания предметов, разработка форм, методов или средств обучения и воспитания, тематическая подборка материалов, задачник, сборник упражнений).
Требования к содержанию	1. содержание методической разработки должно четко соответствовать теме и цели конкретного занятия, программы, методики и т. д.; 2. содержание методической разработки должно быть понятным и применимым на практике в любых условиях;

	<p>3. методические разработки не должны повторять содержание учебников, учебных программ и иных методических разработок других авторов;</p> <p>4. материал должен быть систематизирован, изложен максимально просто и четко;</p> <p>5. язык методической разработки должен быть лаконичным, грамотным, убедительным. Применяемая терминология должна соответствовать общепринятой в педагогике;</p> <p>6. рекомендуемые методы, методические приемы, формы и средства обучения должны подкрепляться описанием педагогического опыта;</p> <p>7. методическая разработка должна содержать конкретные материалы, которые может использовать педагог в своей работе (карточки задания, планы уроков, инструкции для проведения лабораторных работ, карточки схемы, тесты, уровневые задания и т.д.).</p>
Структура	<p>1. Вводная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-автор разработки, должность, место работы;</li> <li>-название разработки.</li> <li>-название и форма проведения дела (урок, выставка ученических работ, педагогический совет и т. д.);</li> <li>-пояснительная записка:</li> <li>-цели и задачи проводимого дела;</li> <li>-целевая категория (возраст детей, группа детей, группа педагогов и пр.);</li> <li>-условия для проведения;</li> <li>-оборудование и оформление;</li> </ul> <p>2. Основная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>--сценарный план, ход проведения дела.</li> </ul> <p>3. Список использованной литературы;</p> <p>4. Приложения (ссылки на источники дополнительного материала, подбор сопровождающих материалов, таблиц, схем).</p>
Требования к оформлению	<p>1. объем – не более 10 страниц машинописного текста;</p> <p>2. размеры полей левое –2 см, правое –1см, нижнее - 2 см, верхнее – 2 см.</p> <p>3. шрифт Times New Roman (14), интервал полуторный;</p> <p>4. страницы необходимо нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту. Номер страницы проставляется посередине верхнего поля без точки в конце;</p> <p>5. на первой странице размещается титульный лист;</p> <p>6. список использованных источников в алфавитном порядке в соответствии с требованиями, предъявляемыми к оформлению литературы.</p>
Критерии оценки	<p>1. Соответствие предложенной структуре</p> <p>2. Четкая постановка целей и задач</p> <p>3. Раскрытие темы (полнота, ясность)</p> <p>4. Отражение в работе своего опыта;</p> <p>5. Грамотность изложения и оформления .....</p> <p>Каждый критерий оценивается в баллах от 1 до 10. Слушатель получает отметки по системе:  0 – 29 баллов – не зачтено;  30 – 50 баллов – зачтено.</p>

