

Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)
Махачкалинский филиал Финуниверситета

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора
по учебно-методической работе
 Лаварсланова З.М.
«»  2024 г.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

СГ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

для проведения процедуры контроля остаточных знаний и диагностических работ
по направлению подготовки специальности
09.02.08 Интеллектуальные интегрированные системы

Махачкала 2024

Фонд оценочных средств по учебной дисциплине разработан на основе
федерального государственного образовательного стандарта среднего
профессионального образования специальности 09.02. 08 Интеллектуальные
интегрированные системы

Составитель:

Каримова Зульфия Исматулаевна, преподаватель дисциплины «Физическая
культура»

Фонд оценочных средств по учебной дисциплине рассмотрен и рекомендован к
утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии
общеобразовательных дисциплин

Протокол от «24» июня 2024 г. № 11

Председатель предметной (цикловой)
комиссии

(подпись)

Хайбулаева Р.М.

(инициалы, фамилия)

I. ПАСПОРТ

ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине
«Физическая культура»

09.02. 08 Интеллектуальные интегрированные системы

1.1. Основные сведения о дисциплине

Общая трудоемкость дисциплины составляет 128 академических часов

Вид учебной работы	Трудоемкость		
	час.	в т. ч. по семестрам	
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	128	128	
1. Контактная работа:			
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)		2	
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)		126	
лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)			
курсовое проектирование			
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем			
2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)			
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)			
Вид промежуточного контроля:		дифЗачет	

1.2. Требования к результатам обучения по дисциплине, формы их контроля и виды оценочных средств

Результаты обучения (усвоенные знания, освоенные умения)	ОК	Наименование темы	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	2	3	4	5
Знания: Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Самоконтроль студентов физическими упражнениями и спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических	ОК 04 ОК 08	Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	Устный опрос, индивидуальный опрос. Реферат	Контрольные нормативы

качеств Умения: Владеть техникой самоконтроля и сохранения здоровья.				
Знания: Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта Техника прыжка в длину с места. Умения: Использование техники безопасности на занятиях, техники беговых упражнений. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив Совершенствование техники бега на дистанции 300 м., контрольный норматив Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив.	ОК 04 ОК 08	Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования Разучивание комплексов специальных упражнений Техника бега по дистанции (беговой цикл) Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг) Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный	ОК 04 ОК 08	Тема 2.2. Бег на длинные дистанции	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	

норматив. Техника бега на дистанции 3000 м, без учета времени Техника бега на дистанции 5000 м, без учета времени. Умения: Техника бега по дистанции				
Знания: Выполнение контрольного норматива: бег 100метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров — девушки, 1000 метров — юноши Выполнение контрольного норматива: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов Техника прыжка «в шаге» с укороченного разбега Целостное выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив Техника метания гранаты Техника метания гранаты, контрольный норматив Умения: Владеть техникой метания гранаты,прыжков	ОК 04 ОК 08	Тема 2.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места Умения: Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе	ОК 04 ОК 08	Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	Контрольные нормативы
Знания: Техника ведения и передачи	ОК 04	Тема 3.2. Техника выполнения ведения	Фронтальный опрос	

мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение — 2 шага — бросок». Умения: Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведение -2 шага - бросок»	ОК 08	и передачи мяча в движении, ведение — 2 шага — бросок	Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу Техника выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста Применение правил игры в баскетбол в учебной игре Умения: Владеть техникой игры волейбол	ОК 04 ОК 08	Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Техника владения баскетбольным мячом Умения: Выполнение контрольных нормативов: «ведение — 2 шага — бросок», бросок мяча с места под кольцо Совершенствовать технические элементы баскетбола в учебной	ОК 04 ОК 08	Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передачи двумя руками Умения: Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке: Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя	ОК 04 ОК 08	Тема 4.1. Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	

боковая. Прием мяча. Передача мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков.				
Знания: Техники нижней подачи и приёма после неё Умения: Отработка техники нижней подачи и приёма после неё	ОК 04 ОК 08	Тема 4.2. Техника нижней подачи и приёма после неё	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Техника прямого нападающего удара Умения: Отработка техники прямого нападающего удара	ОК 04 ОК 08	Тема 4.3. Техника прямого нападающего удара	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Техника прямого нападающего удара Умения: Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в	ОК 04 ОК 08	Тема 4.4. Совершенствование техники владения волейболом мячом	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	

волейболе				
Знания: Техника коррекции игры Умения: Выполнение упражнений для развития различных групп мышц Круговая тренировка на 5 - 6 станций	ОК 04 ОК 08	Тема 5.1 Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Равномерный бег 10 мин. Равномерный бег 10 мин Чередование бега с ходьбой. 6-Минутный бег. Тренируем сердце. Игры и эстафеты с использованием легкоатлетического инвентаря Кросс до 15 мин. Бег по пересеченной местности, преодоление горизонтальных препятствий. Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Бег 12 мин. Преодоление вертикальных препятствий. Бег 12 мин Умения: Кроссовая подготовка. Бег по стадиону Бег по пересечённой местности до 3 км.	ОК 04 ОК 08	Тема 6.1. Кроссовая подготовка	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА				
Знания: Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении Самоконтроль студентов физическими упражнениями и спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств Умения: Владеть самоконтролем своего здоровья	ОК 04 ОК 08	Тема 1.Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Определение статической работоспособности мышц спины.	ОК 04 ОК 08	Тема 2. Основы теоретических знаний	Фронтальный опрос Комплексы упражнений	

Определение статической работоспособности мышц живота. Определение динамической работоспособности мышц спины. Умения: Выполнение упражнений для мышц спины и живота			Практические задания	
Знания: При утрате нижних конечностей или недостатке из работы, восполняя утрату подвижности и силы ног, компенсаторно развивается плечевой пояс. В то же время постоянная опора на руки предрасполагает к заболеваниям и травмам. Они вызываются в большинстве случаев мышечным перенапряжением, несбалансированностью движений разных групп мышц и потерей их эластичности. Умения: Упражнения на расслабление мускулатуры плечевого пояса. Упражнения на тонизацию и активную работу плечевым поясом Упражнения на согласованность работы рук и ног. Силовые упражнения на мышцы плечевого пояса	ОК 04 ОК 08	Тема 3. Профилактика Заболеваний и Травм рук	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Сделать полный выдох, набрать воздух медленно через нос, следя за тем, чтобы передняя брюшная стенка все больше выдавалась вперед (набирать воздух свободно, не напрягаясь). При этом диафрагма уплощается, увеличивая объем легких, грудная клетка расширяется.	ОК 04 ОК 08	Раздел 4. Дыхательные упражнения	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	

Вдыхать и выдыхать плавно, избегая толчков. Сделать выдох и, когда появится желание вдохнуть, с закрытым ртом сделать глубокий, без напряжения вдох носом. Затем пауза (задержать грудную клетку в расширенном состоянии). Сделать полный выдох, медленно и плавно выпуская воздух через нос. Пауза. После выдоха начать дыхание через нос, следя, правильно ли работают диафрагма, нижние ребра и мышцы живота, спокойны ли плечи. Выдержав паузу, начать постепенный, плавный выдох через узкое отверстие, образованное губами. При этом должно возникнуть ощущение, будто струя воздуха является продолжением воздушного потока, идущего от диафрагмы. Необходимо следить за тем, чтобы не было напряжения в верхней части грудной клетки и шее. При ощущении напряжения следует, расслабившись, медленно покачать головой вправо-влево, вперед-назад, по кругу. Умения: Исходное положение (далее – и. п.) – лежа на спине. По инструкции ребенок медленно поднимает одну руку (правую, левую), ногу (левую, правую), затем две конечности одновременно на вдохе и удерживает в поднятом положении во время паузы; медленно опускает на выдохе; расслабляется во время паузы. После этого				
---	--	--	--	--

упражнение выполняется, лежа на животе. И. п. — сидя, спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом.				
Знания: Упражнения на координацию позволяют постепенно и всесторонне подойти к вопросу освоения пространства и умения координировать свои действия в этом пространстве. А тренировка сознания позволяет подготовить прочную базу для изучения более сложных комплексов и медитативных упражнений. Кроме общеоздоровительного эффекта, стимуляции деятельности нервной системы, сохранения гибкости суставов и укрепления мышц, упражнения на равновесие и координацию способствуют выработке устойчивости при опоре на малую площадь, что невозможно без внутреннего спокойствия и сосредоточенности. Умения: Исходное положение (далее - и. п.) - стоя: принять правильную осанку, касаясь стены или гимнастической стенки, при этом затылок, лопатки, ягодичная область, икры ног и пяток должны касаться стены. И. п. - стоя. Отойти от стенки на 1-2 шага, сохраняя правильную осанку. И. п. - стоя. Сделать 2 шага вперед, присесть, встать.	ОК 04 ОК 08	Тема.5 Упражнения на координацию	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	

Вернуться в ил. И. п. - стоя. Сделать 1-2 шага вперед, расслабить последовательно мышцы шеи, плечевого пояса, рук и туловища. Принять правильную осанку. И. п. - стоя. Приподняться на носочки, удерживаясь в этом положении 3-4 сек. Вернуться в и. п. Повторить упражнение 5, но без гимнастической И. п. - стоя. Присесть, разводя колени в стороны и сохраняя прямое положение головы и позвоночника. Медленно встать и принять и. п. И. п. - сидя: сесть на гимнастическую скамейку у стены, принять правильную осанку, прижав затылок, лопатки и ягодицы к стене. И. п. - сидя. Расслабить мышцы шеи, уронить голову, расслабить плечи, мышцы спины, вернуться в и. п. сидя. И. п. - лежа: лечь на коврик на спину, голова, туловище, ноги составляют прямую линию, руки прижаты к туловищу. И. п. - лежа. Приподнять голову и плечи, проверить прямое положение тела, вернуться в и. п. И. п. - лежа. Прижать поясничную область тела к полу. Встать, принять правильную осанку, придавая поясничной области то же положение, которое было принято в положении лежа. И. п. - стоя. Ходьба по залу с				
--	--	--	--	--

остановками, сохранением правильной осанки у стенки				
Знания: Знания упражнений на мышцы брюшного пресса Умения: Скручивание. Это упражнение для верхнего пресса выполняется в положении лежа, при этом нога согнута в колене, локти разведены в стороны, а руки находятся за шеей. Медленно поднимаем верхнюю часть туловища. Также медленно опускаемся в исходное положение. Поясница должна плотно прижиматься к полу на протяжении всего упражнения. Диагональное скручивание. В этом упражнении для косых мышц пресса исходное положение будет таким же, как и в первом. Делать скручивание следует так, чтоб левым локтем касаться правого колена, а правым тянуться ко второй ноге. Выполнять такие упражнения для косых мышц пресса надо на каждую сторону по 10 раз в три подхода. Обратное скручивание. Исходное положение — руки вдоль тела, лёжа на спине. Напрячь мышцы пресса и поднять ногу. При достижении наибольшего возможного напряжения брюшных мышц, очень медленно возвратиться в исходное положение. 12 повторов в 3 подхода. Двойное скручивание. Ил. Лежа на спине, ногу согнуть под углом 45 градусов в колене, а руки за голову. Поднять ногу и голову, медленно двигать их друг	ОК 04 ОК 08	Тема. 6 Упражнения на мышцы брюшного пресса	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	

другу навстречу. Также медленно возвратиться в исходное положение. 15 раз в три подхода. «Поднимаем ногу». Лежа на спине, ноги прямые, а руки находятся вдоль туловища. Поднять прямую ногу таким образом, чтобы с туловищем они составляли прямой гол.				
Знания: Запас гибкости» (а точнее сказать, «резервная растяжимость»), позволяет в пределах соблюдаемой амплитуды движения свести к минимуму сопротивление растягиваемых мышц, благодаря чему движения выполняются без излишнего напряжения, более экономично. Умения: Выполнение упражнений на гибкость	ОК 04 ОК 08	Тема.7 Упражнения на гибкость	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Знания: Теоретических основ и элементов спортивных игр Умения: Выполнение элементарных движений: -подачи и передачи мяча в волейболе; -отбивание мяча кулаком, коленями, здоровой ногой в футболе -метание мяча на дальность и меткость и др.	ОК 04 ОК 08	Тема. 8 Элементы спортивных игр	Фронтальный опрос Комплексы упражнений Практические задания	
Подготовка к дифзачету				

Итоговая аттестация - дифЗАЧЕТ	Вопросы к зачету, тестовые задания (в зависимости от способа проведения итогового контроля)	Вопросы, Банк тестовых заданий различного уровня сложности по темам модуля	Устный опрос; Автоматизированная процедура измерения уровня знаний и умений обучающегося (компьютерное тестирование)
--------------------------------	---	--	--

1.3. Показатели и критерии определения уровня сформированности компетенций

№ п/п	Индекс компетенции	Уровни сформированности компетенции			
		Недостаточный	Удовлетворительный (достаточный)	Базовый	Повышенный
ОК-4	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. Профессионально важные психологические качества личности. Основы эффективного сотрудничества в коллективе	Теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформулированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, оценка выполнения практических заданий, выполнения индивидуальных заданий, принятие нормативов	Теоретическое содержание курса освоены частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки	Теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	Теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко

ОК-8	Не	С	Воспроизводит	Воспроизводит
Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для сохранения и укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности. Основы здорового образа жизни. Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности. Средства профилактики перенапряжения.	воспроизводит: распределение задач, критерии и принципы распределения задач между членами команды, учитывая их компетенции и навыки; принципы контроля выполнения работы, может описать как прогресс выполнения задач, идентифицировать проблемы и принимать меры по их решению. Не понимает: планирование работы, используя соответствующие методы и техники чтобы оптимизировать рабочий процесс. Не применяет: контролирование исполнения работы, отслеживая прогресс выполнения задач и решая возникающие проблемы	трудо воспроизводит: распределение задач, критерии и принципы распределения задач между членами команды, учитывая их компетенции и навыки; принципы контроля исполнения работы, может описать как прогресс выполнения задач, идентифицировать проблемы и принимать меры по их решению. Плохо понимает: планирование работы, используя соответствующие методы и техники чтобы оптимизировать рабочий процесс. С трудом применяет: контролирование исполнения работы, отслеживая прогресс выполнения задач и решая возникающие проблемы	ит: распределение задач, критерии и принципы распределения задач между членами команды, учитывая их компетенции и навыки; принципы контроля исполнения работы, может описать как прогресс выполнения задач, идентифицировать проблемы и принимать меры по их решению. Понимает: планирование работы, используя соответствующие методы и техники чтобы оптимизировать рабочий процесс. и техники чтобы оптимизировать рабочий процесс. Применяет: контролирование исполнения работы, отслеживая прогресс выполнения задач и решая возникающие проблемы	без ошибок: распределение задач, критерии и принципы распределения задач между членами команды, учитывая их компетенции и навыки; принципы контроля исполнения работы, может описать как прогресс выполнения задач, идентифицировать проблемы и принимать меры по их решению. Понимает и аргументирует: планирование работы, используя соответствующие методы и техники чтобы оптимизировать рабочий процесс. Применяет с умением: контролирование исполнения работы, отслеживая прогресс выполнения задач и решая возникающие проблемы

I. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

2.1. Пакет заданий для контроля знаний и умений

1. Средствами развития общей выносливости являются

А. Упражнения, выполняемые с предельной либо около предельной скорости
Б. Специальные упражнения

В. Упражнения, вызывающие максимальную производительность сердечно-сосудистой и дыхательных систем

2. Способность выполнять движения с большой амплитудой за счёт собственной активности соответствующих мышц называется

А. Подвижностью в суставах
Б. Активной гибкостью
В. Специальной гибкостью

3. На какие три группы делятся упражнения, направленные на развитие сил

А. Фантомно-импульсивное, гимнастика, пауэрлифтинг, армреслинг,

Б. Упражнения само сопротивлением, с сопротивлением в виде эспандеров, резиновых колец, амортизаторов, упражнения на тренажёрах

В. Упражнения с преодолением массы собственного тела, с внешним сопротивлением, упражнения в изометрическом режиме

4. Какие методы используются в адаптивной физической культуре для комплексного развития скоростных способностей

А. Метание набивных мячей на дальность, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивания на перекладине

Б. Соревнования и спарринги, повторное выполнение части соревновательного упражнения с максимальной скоростью, тоже в усложнённых условиях

В. Поднимание предельного веса, прыжки и спрыгивание с высоты

5. В каких направлениях реализуется методика развития мышечной силы у лиц ограниченными возможностями

А. Формирование компенсаторных механизмов, применительно к определённому виду деятельности

Б. Достаточно полное развитие всех мышечных групп как базовый уровень силовых способностей

В. Общая специальная силовая подготовка

6. Перечислите основные принципы развития физических способностей в адаптивной физической культуре

А. Сознательности и активности, систематичности, постепенности, учёта возрастных особенностей и физической подготовленности

Б. Сопряжённо развития координационных и кондиционных способностей; возрастной адекватности, оптимальности, вариативности воздействий: диагностики

В. Прочности, дифференциации и индивидуализации, доступности, прочности, систематичности

7. Направленное развитие одной физической способности, повлекшей за собой позитивные изменения другой, называется

- А. Положительный перенос
- Б. Кумулятивный эффект
- В. Перенос физических качеств

8. Что входит в описание алгоритма выполнения нового действия

- А. Исходное положение тела, занимающегося перед выполнением операций и конечного положения
- Б. Действий учащегося конкретных составных движений (сгибания, разгибания, фиксация и т.п.), которые должен активно или пассивно (за счёт внешних сил) выполнить занимающийся
- В. Исходное положение тела, занимающегося перед выполнением операции, действий учащегося; конечного положения, в котором должно оказаться тело занимающегося

9. Какие три группы факторов необходимо учитывать при обучении двигательным действиям в адаптивной физической культуре

- А. Потребности и мотивы занимающихся, особенности двигательного действия, особенности занимающихся, которые будут осваивать действие
- Б. Эталонную ориентировочную основу двигательного действия, программу перемещения общего центра масс, уровень физической подготовленности
- В. В программу изменения суставных движений, диапазоны допустимых отклонений эталонной программы, ЭТАЛОННОЙ ПРОГРАММЫ, особенности физического развития занимающихся

10. Действия, от которых в наибольшей степени зависит результат той или иной операции, фазы части, называют

- А. Главное звено техники движений
- Б. Элемент движений
- В. Второстепенный компонент техники движений

11. Какие значения и умения необходимы учителю при возникновении травмы

- А. По оказанию первой медицинской помощи
- Б. По коррекционной педагогике и психологии
- В. По методике обучения двигательным действиям

12. Что относится к приёмам физической помощи в АФК?

- А. Проводка, фиксация, захват, пронос
- Б. Страховка, поддержка
- В. Проводка, фиксация, подталкивание, поддержка, подкрутка

13. Готовность педагога осуществить самые разнообразные приемы физической помощи для обеспечения безопасности в процессе выполнения учащимся двигательного действия (решения двигательной задачи) называется

- А. Страховка
- Б. Проводкой

В.
Поддержк
ой Г.
Фиксацией

14. В чём заключается основная цель страховки при выполнении двигательного действия? А. Обеспечение безопасности на занятиях (предупреждение, травмы)
Б. Обеспечение санитарно-гигиенических условий на занятиях В. Правильное расположение спортивных снарядов в зале
Г. Обеспечение дисциплины на занятиях

15. В каких случаях используют метод целостного обучения двигательным действиям А. При обучении простым упражнениям и упражнениям, которые не делятся на части Б. При использовании имитационных упражнений
В. При обучении упражнениям, которые не делятся на части Г. При использовании подводящих упражнений

Ключи:

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

Критерии оценки результатов освоения учебной дисциплины:

Оценка «5» (отлично) – выставляется обучающемуся, двигательное действие которого выполнено правильно (заданным способом), точно, уверенно обучающийся овладел формой движения; в играх проявил активность, находчивость, ловкость, умение действовать в коллективе, точно соблюдать правила

Оценка «4» (хорошо) – выставляется обучающемуся, двигательное действие которого выполнены правильно, но недостаточно легко и чётко; в играх обучающийся проявил себя недостаточно активным и ловким.

Оценка «3» (удовлетворительно) – выставляется обучающемуся, двигательное действие которого выполнено в основном правильно, но напряженно или вяло, недостаточно уверенно, допущены незначительные ошибки при выполнении; в играх обучающейся проявил себя

малоактивным, допускал небольшие нарушения правил

Оценка «2» (неудовлетворительно) – выставляется обучающемуся, двигательное действие которого не выполнено или выполнено неправильно, неуверенно, небрежно; допущены значительные ошибки; в играх обучающейся обнаружил неловкость, нерасторопность, неумение играть в команде.