

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области
«Свердловский областной педагогический колледж»
(ГАПОУ СО «СОПК»)



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГАПОУ СО «СОПК»

Т.С.Симонова/

«01» октября 2025г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА –
ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ**

«Педагог по физической культуре и спорту»

Категория слушателей: к освоению программы допускаются лица, имеющие или получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

Объем: 256 часов

Форма обучения: Очная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Екатеринбург
2025

Разработчики (составители):

1. *Костарева Елена Алексеевна, преподаватель ГАПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж»*
2. *Сибагатулина Светлана Аркадьевна, преподаватель ГАПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж»*
3. *Шibaкин Станислав Викторович, преподаватель ГАПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж»*

Программа согласована (представители заказчика):

Попова Мария Викторовна, Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 30г.Екатеринбург, учитель.

Программа утверждена решением научно-методического совета ГАПОУ СО «СОПК» от 01 октября 2025 г., протокол № 3

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.....	4
1.1. Общие положения.....	4
1.2. Цель освоения и характеристика новой квалификации	5
1.3. Планируемые результаты обучения	6
1.4. Учебно-тематический план.....	13
1.5. Календарный учебный график	14
1.6. Рабочие программы дисциплин (модулей, разделов).....	16
1.7. Организационно-педагогические условия	21
1.8. Формы аттестации	24
2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	25
2.1. Текущий контроль.....	25
2.2. Промежуточная аттестация.....	26
2.3. Итоговая аттестация	40

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Общие положения

1.1.1. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативные правовые основания для разработки дополнительной профессиональной программы – программы профессиональной переподготовки *«Педагог по физической культуре и спорту»* (далее – программа) составляют:

-Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 20 августа 2013 г., регистрационный № 29444).

Программа разработана на основе стандартов:

- Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (утвержден приказом Минтруда России от 18 октября 2013 г. № 544н);

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 №968) к результатам освоения образовательных программ.

Требования к слушателям

а) категория слушателей: граждане РФ, отнесенные к одной из категорий, предусмотренных действующим законодательством, имеющих право участвовать в мероприятиях Федерального проекта «Содействие занятости» Национального проекта «Демография» в 2024 году.

б) требования к уровню профессионального образования: к освоению программ допускаются лица, имеющие среднее профессиональное и (или)

высшее образование и лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование. При освоении дополнительной профессиональной программы параллельно с получением среднего профессионального образования и (или) высшего образования диплом о профессиональной переподготовке выдается одновременно с получением соответствующего документа об образовании и о квалификации.

1.1.3. Особенности адаптации образовательной программы для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Разработка адаптированной образовательной программы для лиц с ОВЗ и/или инвалидностью или обновление уже существующей образовательной программы определяются индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии), рекомендациями заключения ПМПК (при наличии) и осуществляются по заявлению слушателя (законного представителя).

1.1.4. Форма обучения: очная с применением дистанционных образовательных технологий.

1.1.5. Трудоемкость освоения: 256 академических часов, включая все виды контактной и самостоятельной работы слушателя.

1.1.6. Период освоения: 7 недель.

1.1.7. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы: лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается диплом о профессиональной переподготовке установленного образца.

1.2. Цель освоения и характеристика новой квалификации

1.2.1. Цель освоения

Целью освоения программы является формирование у слушателей общих и профессиональных компетенций (ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО и трудовых функций в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог», необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, приобретение новой квалификации педагог по физической культуре и спорту.

1.2.2. Характеристика новой квалификации и связанных с ней видов профессиональной деятельности, трудовых функций и (или) уровней квалификации

Области профессиональной деятельности: 01 Образование и наука, 05 Физическая культура и спорт.

Виды профессиональной деятельности:

- организация и проведение физкультурно-спортивной работы;
- преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам.

Обобщенные (конкретные) трудовые функции, подлежащие освоению:

- педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях начального общего, основного общего, среднего общего образования;
- педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ.

Уровень квалификации в соответствии с профессиональным стандартом 4 уровень.

1.3. Планируемые результаты обучения

Программа направлена на получение компетенции, необходимой для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретение новой квалификации.

Целью освоения программы является формирование у слушателей общих и профессиональных компетенций (ОК, ПК) в соответствии с ФГОС СПО и трудовых функций в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог», необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, приобретение новой квалификации «педагог по физической культуре и спорту».

Таблица 1 – Получаемые компетенции и трудовые функции

Код и наименование компетенций	Код трудовых функций	Трудовые функции
ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-	A/02.6	Воспитательная деятельность

спортивную работу ПК 1.2 Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия		
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре ПК 2.2. Проводить учебные занятия по физической культуре ПК 2.3. Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста	В/02.6 В/03.6	Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования

Таблица 2 – Планируемые результаты обучения

Виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции		
		Знания	Умения	Практический опыт (при наличии)
ВД 1. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы	ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу	З 1.1.1 нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ	У 1.1.1 определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы	В 1.1.1 разработки общего плана физкультурно-спортивной работы
		З 1.1.2 цели и задачи физкультурно-спортивной работы	У 1.1.2 разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы	
		З 1.1.3 направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы		
	ПК 1.2 Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия	З 1.2.1 цель, задачи, функции, формы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых	У 1.2.1 использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-	В 1.2.1 анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых

Виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции		
		Знания	Умения	Практический опыт (при наличии)
		мероприятий	массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников	мероприятий
		З 1.2.2 технология организации и методику проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	У 1.2.2 вовлекать в мероприятия и взаимодействовать с участниками мероприятий и иными заинтересованными лицами	В 1.2.2 планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия
		З 1.2.3 методика проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий	У 1.2.3 разрабатывать программу проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач	В 1.2.3 наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию
		З 1.2.4 техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	У 1.2.4 проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия	В 1.2.4 проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия
ВД 2. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	ПК 2.1 Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре	З 2.1.1 значение, место и основные исторические этапы становления учебного	У 2.1.1 находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники	В 2.1.1 изучения и анализа основной нормативно-методической документации

Виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции		
		Знания	Умения	Практический опыт (при наличии)
		предмета «физическая культура» в отечественном образовании	информации для подготовки к урокам физической культуры	организации урочных форм занятий физической культурой
		3 2.1.2 характеристика учебного предмета «физическая культура»;	У 2.1.2 . разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями	В 2.1.2 . определения темы и задач уроков физической культуры в соответствии с их разновидностям и
		3 2.1.3 общепедагогические методы и их возможности для решения задач физического воспитания учащихся	У 2.1.3 планировать двигательную деятельность учащихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями занимающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий	В 2.1.3 планирования оптимальной двигательной деятельности учащихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами
		3 2.1.4 структуру, содержание и методику проведения		В 2.1.4 разработки документов оперативного планирования

Виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции		
		Знания	Умения	Практический опыт (при наличии)
		уроков физической культуры в соответствии с их типами, направленностью и возрастными особенностями занимающихся		уроков физической культуры
		З 2.1.5 основные требования к современному уроку физической культуры		
	ПК 2.2 Проводить учебные занятия по физической культуре	З 2.2.1 общая цель и задачи физического воспитания учащихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода	У 2.2.1 методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов и организационных условий проведения урочных форм занятий исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей учащихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья	В 2.2.1 проведения уроков физической культуры в соответствии с их разновидностями, программными требованиями, возрастными особенностями учащихся и состоянием их здоровья
		З 2.2.2 характеристика основной нормативно-методической	У 2.2.2 . обучать технике физических упражнений согласно	

Виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции		
		Знания	Умения	Практический опыт (при наличии)
		документации применительно к проведению урочных форм занятий физической культурой	методики поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам;	
		З 2.2.3 классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической культурой	З 2.2.3 осуществлять комплексное и направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возраста и физической подготовленности учащихся	
		З 2.2.4 методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам учащихся школьного возраста	З 2.2.4 методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов и организационных условий проведения урочных форм занятий исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей учащихся, уровня их двигательной подготовленности	

Виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции		
		Знания	Умения	Практический опыт (при наличии)
			ти и состояния здоровья	
		3 2.2.5 структура и методика проведения уроков физической культуры как основной формы построения занятий физическими упражнениями в системе общего образования	3 2.2.5 использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности занимающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса	
		3 2.2.6 основные методические и организационные требования к уроку физической культуры и основные подходы к его анализу	3 2.2.6 обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках физической культуры	
	ПК 2.3. вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста	3 2.3.1 разработки и ведения учебной и дополнительной документации, обеспечивающей целостный процесс физического воспитания учащихся школьного возраста	У 2.3.1 разработка учебной документации, обеспечивающей преподавание учебного предмета «Физическая культура»;	В 2.3.1 требования к их разработке, ведению и оформлению

1.4. Учебно-тематический план

Таблица 2 – Учебно-тематический план

Наименование разделов (модулей), тем, видов аттестации	Трудоемкость, ак. час				Формы аттестации	
	Итого	Виды занятий, в т.ч.				СР ¹
		Л ²	ПЗ ³ , ЛР ⁴	К ⁵		
Модуль 1 Основы психологии и педагогики	26	10	4		10	
Тема 1.1 Актуальные требования рынка труда, современные технологии в профессиональной сфере	4	4	0		0	
Тема 1.2 Основы психологии	10	4	2		4	
Тема 1.3. Основы педагогики	10	2	2		6	
Промежуточная аттестация	2					зачет
Модуль 2. Медико-биологические основы физической культуры	40	8	10		20	
Тема 2.1 Основы возрастной анатомии, физиологии и гигиены	30	6	4		20	
Тема 2.2 Основы биомеханики	8	2	6			
Промежуточная аттестация	2					зачет
Модуль 3. Теория и методика физической культуры	40	10	8		20	
Тема 3.1 Средства и методы обучения в физическом воспитании	14	6	4		4	
Тема 3.2. Этапы обучения двигательным действиям	10	2	2		6	
Тема 3.3 Основы развития физических качеств	14	2	2		10	
Промежуточная аттестация	2					зачет
Модуль 4. Методика проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-оздоровительной деятельности с методикой преподавания	110	20	52		36	

¹ СР – самостоятельная работа.

² Л – занятия лекционного типа: лекции, интерактивные лекции, онлайн-лекции, видео-лекции, слайд-лекции, учебный контент и др.

³ ПЗ – занятия практического типа: деловые и ролевые игры, тренинги, практикумы, решение и разбор тестов, кейсы (анализ ситуаций и имитационных моделей), тренажеры.

⁴ ЛР – лабораторные работы с использованием лабораторного оборудования и (или) электронных макетов.

⁵ К – консультации (групповые или индивидуальные).

Наименование разделов (модулей), тем, видов аттестации	Трудоемкость, ак. час					Формы аттестации
	Итого	Виды занятий, в т.ч.			СР ¹	
		Л ²	ПЗ ³ , ЛР ⁴	К ⁵		
Тема 4.1 Нормативно-правовые документы, регламентирующие разработку документации учебного предмета «Физическая культура»	6	2			4	
Тема 4.2 Проектирование современного учебного занятия по физической культуре	42	12	4		30	
Тема 4.3. Содержание уроков физической культуры по разделам программы	60	6	48		2	
Промежуточная аттестация	2					зачет
Модуль 5. Организация внеурочной деятельности по физической культуре	36	10	8		16	
Тема 5.1 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	30	8	8		14	
Тема 5.2 Организация деятельности школьных спортивных клубов	4	2			2	
Промежуточная аттестация	2					зачет
Итоговая аттестация	4					
Всего ак. часов	256	58	82		102	

1.5. Календарный учебный график

Таблица 3 – Календарный учебный график

Наименование разделов (модулей), тем, видов аттестации	Количество недель / ак. час							Итого
	Н1	Н2	Н3	Н4	Н5	Н6	Н7	
Модуль 1 Основы психологии и педагогики								
Тема 1.1 Актуальные требования рынка труда, современные технологии в профессиональной сфере	4							
Тема 1.2. Основы психологии	10							
Тема 1.3 Основы педагогики	10							
Промежуточная аттестация	2							
Модуль 2. Медико-биологические основы								

Наименование разделов (модулей), тем, видов аттестации	Количество недель / ак. час							
	Н1	Н2	Н3	Н4	Н5	Н6	Н7	Итого
физической культуры								
Тема 2.1 Основы возрастной анатомии, физиологии и гигиены	10	20						
Тема 2.2 Основы биомеханики		8						
Промежуточная аттестация		2						
Модуль 3. Теория и методика физической культуры								
Тема 3.1 Средства и методы обучения в физическом воспитании		6	8					
Тема 3.2. Этапы обучения двигательным действиям			10					
Тема 3.3 Основы развития физических качеств			14					
Промежуточная аттестация			2					
Модуль 4. Методика проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно- оздоровительной деятельности с методикой преподавания								
Тема 4.1 Нормативно- правовые документы, регламентирующие разработку документации учебного предмета «Физическая культура»			2	4				
Тема 4.2 Проектирование современного учебного занятия по физической культуре				32	10			
Тема 4.3. Содержание уроков физической культуры по разделам программы					26	34		
Промежуточная аттестация						2		
Модуль 5. Организация внеурочной деятельности по физической культуре								
Тема 5.1 Организация и методика проведения							30	

Наименование разделов (модулей), тем, видов аттестации	Количество недель / ак. час							
	Н1	Н2	Н3	Н4	Н5	Н6	Н7	Итого
физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий								
Тема 5.2 Организация деятельности школьных спортивных клубов							4	
Промежуточная аттестация							2	
Итоговая аттестация							4	
Всего ак. часов	36	36	36	36	36	36	40	

1.6. Рабочие программы дисциплин (модулей, разделов)

Наименование тем	Виды учебных занятий	ак. час	Содержание
Модуль 1 Основы психологии и педагогики			
Тема 1.1 Актуальные требования рынка труда, современные технологии в профессиональной сфере	Лекция, в том числе с применением ДОТ	4	Региональные меры содействия занятости в том числе поиска работы. Актуальная ситуация на рынке труда. Современные технологии в профессиональной сфере.
Тема 1.2 Основы психологии	Лекция, в том числе с применением ДОТ	4	Методы исследования в психологии. Познавательные процессы: ощущение, внимание, восприятие, память, мышление и речь
	Практическое занятие	2	Решение психологических задач
	Самостоятельная работа	4	Эмоционально-волевые процессы. Психические свойства личности
Тема 1.3 Основы педагогики	Лекция, в том числе с применением ДОТ	2	Целостный педагогический процесс. Теоретические основы обучения.
	Практическое занятие	2	Реализация обучения в практике педагога через решение педагогических задач. Использование форм и методов обучения в практике педагога в практических ситуациях
	Самостоятельная работа	6	Теоретические основы воспитания. Содержание и организация воспитания
Промежуточная аттестация	Зачет	2	Тестирование

Наименование тем	Виды учебных занятий	ак. час	Содержание
Модуль 2. Медико-биологические основы физической культуры			
Тема 2.1 Основы возрастной анатомии, физиологии и гигиены	Лекция	6	Общие особенности возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Возрастные особенности висцеральных функций организма детей и подростков
	Практическое занятие	4	Оценка функциональных резервов сердечно-сосудистой системы. Определение типа осанки и факторов среды, влияющих на ее формирование
	Самостоятельная работа	20	Индивидуально-типологические особенности ребенка. Классификация и характеристика типов ВНД. Особенности педагогического подхода к детям с различными типами ВНД. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и меры профилактики. Гигиенические требования к организации труда обучающихся
Тема 2.2 Основы биомеханики	Лекция, в том числе с применением ДОТ	2	Биомеханические характеристики тела человека и его движений. Биомеханика двигательных действий
	Практическое занятие	6	Аналитическое определение сил тяжести мышц в различных статических положениях. Визуальная диагностика биомеханических нарушений
Промежуточная аттестация	Зачет	2	Тестирование
Модуль 3. Теория и методика физической культуры			
Тема 3.1 Средства и методы обучения в физическом воспитании	Лекция, в том числе с применением ДОТ	6	Физические упражнения как основное средство физического воспитания: классификация, форма и содержание, техника физического упражнения и её основные характеристики. Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания. Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки
	Практическое	4	Характеристика формы физического упражнения. Применение методов

Наименование тем	Виды учебных занятий	ак. час	Содержание
	занятие		физического воспитания
	Самостоятельная работа	4	Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и использование в процессе физического воспитания
Тема 3.2. Этапы обучения двигательным действиям	Лекция, в том числе с применением ДОТ	2	Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям: характеристика и содержание этапов
	Практическое занятие	2	Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию
	Самостоятельная работа	6	Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании
Тема 3.3 Основы развития физических качеств	Лекция, в том числе с применением ДОТ	2	Понятие о физических качествах и способностях
	Практическое занятие	2	Методическая разработка воспитания физических качеств
	Самостоятельная работа	10	Особенности развития физических качеств в различные возрастные периоды.
Промежуточная аттестация	Зачет	2	Разработка программы развития физического качества
Модуль 4. Методика проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-оздоровительной деятельности с методикой преподавания			
Тема 4.1 Нормативно-правовые документы, регламентирующие разработку документации учебного предмета «Физическая культура»	Лекция, в том числе с применением ДОТ	2	Требования к ведению документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации.
	Самостоятельная работа	4	Разновидности и назначение документации, обеспечивающей процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста. Составление и ведение документации, обеспечивающей процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста, на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам.
Тема 4.2 Проектирование современного учебного занятия по физической культуре	Лекция, в том числе с применением	12	Урок как основная форма построения занятий физическими упражнениями с обучающимися школьного возраста. Формирование

Наименование тем	Виды учебных занятий	ак. час	Содержание
	ием ДОТ		универсальных учебных действий на уроках физической культуры. Характеристика образовательных технологий, используемых в процессе преподавания учебного предмета «Физическая культура», в том числе, дистанционных образовательных технологий. Методика проведения уроков физической культуры с использованием различных образовательных технологий, в том числе, дистанционных образовательных технологий
	Практическое занятие	4	Определение темы и задач урока в зависимости от его типа и направленности, подбор средств и методов, определение организационных условий для реализации запланированного урока. Моделирование проведения уроков физической культуры с применением различных образовательных технологий, в том числе, дистанционных образовательных технологий.
	Самостоятельная работа	30	Методические основы проведения уроков с обучающимися, одаренными в области физической культуры и спорта. Методические основы проведения учебных занятий с обучающимися, отнесенным к различным медицинским группам. Педагогический контроль на уроках по учебному предмету «Физическая культура»
Тема 4.3. Содержание уроков физической культуры по разделам программы	Лекция, в том числе с применением ДОТ	6	Гимнастическая терминология Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики Организация и методика проведения занятий посредством спортивных игр. Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики
	Практическое занятие	48	Методические особенности проведения строевых упражнений. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям. Спортивные и

Наименование тем	Виды учебных занятий	ак. час	Содержание
			подвижные игры в системе физического воспитания и спорта. Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх. Методика обучения тактическим приёмам в спортивных играх. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе. Основы техники и методики обучения бег. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам
	Самостоятельная работа	2	Техника безопасности на занятиях по различным разделам программы по физической культуре.
Промежуточная аттестация	Зачет	2	Разработка модели урока по одному из разделов программы по физической культуре
Модуль 5. Организация внеурочной деятельности по физической культуре			
Тема 5.1 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Лекция, в том числе с применением ДОТ	8	Понятие о внеурочной деятельности и неурочных формах занятий по физической культуре в системе общего образования. Малые формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы. Крупные формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы. Соревновательные формы занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе
	Практическое занятие	8	Анализ неурочных форм занятий физическими упражнениями. Разработка малых форм занятий физическими упражнениями. Планирование работы спортивной секции
	Самостоятельная работа	14	Работоспособность и утомление школьника в процессе учебной деятельности. Двигательный режим обучающихся школьного возраста. Критерии эффективности применения крупных форм физических упражнений во внеурочной деятельности в общеобразовательной школе. Критерии эффективности применения соревновательных

Наименование тем	Виды учебных занятий	ак. час	Содержание
			форм физических упражнений во внеурочной деятельности в общеобразовательной школе
Тема 5.2 Организация деятельности школьных спортивных клубов	Лекция, в том числе с применением ДОТ	2	Особенности организации деятельности школьного спортивного клуба
	Самостоятельная работа	2	Определение направлений и содержания деятельности школьного спортивного клуба
Промежуточная аттестация	зачет	2	Разработка содержания одного из направлений деятельности школьного спортивного клуба

1.7. Организационно-педагогические условия

Реализация программы осуществляется в полном соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области образования, нормативными правовыми актами, регламентирующими данное направление деятельности.

1.7.1. Требования к квалификации педагогических кадров

К реализации программы привлекаются лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

1.7.2. Требования к материально-техническому обеспечению

Материально-техническое обеспечение (далее – МТО) необходимо для проведения всех видов учебных занятий и аттестации, предусмотренных учебным планом по программе, и соответствует действующим санитарным и гигиеническим нормам и правилам.

МТО содержит специальные помещения: учебные аудитории для проведения лекций, практических (семинарских) занятий, лабораторных работ, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы, итоговой аттестации (в соответствии с утвержденным расписанием учебных занятий). Специальные помещения укомплектованы

специализированной мебелью, оборудованием, расходными материалами, программным обеспечением, техническими средствами обучения и иными средствами, служащими для представления учебной информации слушателям.

При реализации программы с использованием дистанционных образовательных технологий и (или) электронного обучения образовательная организация обеспечивает функционирование информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающую освоение слушателями образовательных программ полностью или частично независимо от места нахождения слушателей: каналы связи, компьютерное оборудование, периферийное оборудование, программное обеспечение.

Виды деятельности	Код и наименование компетенции	Материально-техническое обеспечение, необходимое для освоения ПК
ВД 1. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы	ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу	Учебный класс, оснащенный интерактивной доской и средствами дистанционного обучения
	ПК 1.2 Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия	Спортивный зал
		Спортивный инвентарь и оборудование
ВД 2. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	ПК 2.1 Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре	Учебный класс, оснащенный интерактивной доской и средствами дистанционного обучения
		Спортивный зал
	ПК 2.2 Проводить учебные занятия по физической культуре	Спортивный зал
		Спортивный инвентарь и оборудование
	ПК 2.3. вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста	Учебный класс, оснащенный интерактивной доской и средствами дистанционного обучения

1.7.3. Требования к информационному и учебно-методическому обеспечению

Для реализации программы используются учебно-методическая документация, нормативные правовые акты, нормативная техническая документация, иная документация, учебная литература и иные издания, информационные ресурсы.

Таблица 5 – Учебно-методическая документация, нормативные правовые акты, нормативная техническая документация, иная документация, учебная литература и иные издания, информационные ресурсы

1 Нормативные правовые акты, иная документация
1.1 Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ от 6 октября 2009 г. № 373)
1.2 Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ от 17 декабря 2010 г. № 1897)
2 Основная литература
2.1. Алхасов Д. С. Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 1. Учебное пособие для среднего профессионального образования. – М.: Издательство Юрайт, 2023. – 254 с.
2.2 Алхасов Д. С. Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 2. Учебное пособие для среднего профессионального образования. – М.: Издательство Юрайт, 2023. – 441 с.
2.3 Алхасов Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам. Учебник. – М.: Издательство Юрайт, 2023. – 270 с.
3 Дополнительная литература
3.1 Агеева Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта – СПб: Лань, 2023. – 68 с..
3.2 Леньшина М.В. Проектирование урока физической культуры: технологическая карта. Учебно-методическое пособие. – Воронеж: ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2022. – 42 с.
3.3. Северухин Г.Б., Зайцева М.Ю., Райзих А.А. Технология разработки конспекта урока физической культуры. Учеб.-метод. пособие. – Ижевск: изд-во «Умуртский государственный университет», 2011. – 64с.
4 Интернет-ресурсы
4.1 Реестр примерных общеобразовательных программ. – ГКД: https://fgosreestr.ru/oop
5 Электронно-библиотечная система
5.1 Образовательная платформа «Юрайт»

1.7.4. Общие требования к организации учебного процесса

Общие требования к организации учебного процесса определяются локальными нормативными актами образовательной организации.

1.7.5.Сетевая форма обучения

Организация образовательного процесса при реализации Программы в сетевой форме осуществляется с привлечением материально-технических, научно-технических, учебно-методических, организационно-методических, информационно-коммуникационных и иных ресурсов и средств обучения организаций, участвующих в сетевом взаимодействии, а также силами научно-педагогических, педагогических и иных работников этих организаций.

В соответствие с договором о сетевом взаимодействии (№ 34 д/2024 от «15» февраля 2024г) в реализации программ участвуют следующие организации:

Таблица 5 – Организация сетевого обучения

№	Наименование организации	Участвует в реализации следующих разделов (модулей), тем	Формы участия
1	Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Уральский колледж строительства, архитектуры и предпринимательства»	Тема 1.1. Актуальные требования рынка труда, современные технологии в профессиональной сфере	Формирование УМК по теме «Актуальные требования рынка труда, современные технологии в профессиональной сфере»
2	Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Уральский колледж строительства, архитектуры и предпринимательства»	Итоговая аттестация	Организация итоговой аттестации

1.8. Формы аттестации

Оценка качества освоения программы осуществляется в форме текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по дисциплинам (модулям, разделам) и итоговой аттестации слушателей по программе.

1.8.1. Текущий контроль успеваемости

В соответствии с учебно-тематическим планом и рабочей программой.

1.8.2. Промежуточная аттестация

В соответствии с учебно-тематическим планом и рабочей программой.

1.8.3. Итоговая аттестация

Освоение программы завершается итоговой аттестацией. Итоговая аттестация проводится на основе принципов объективности и независимости оценки качества подготовки слушателей. Итоговая аттестация является обязательной для слушателей.

Итоговая аттестация проводится в форме экзамена.

К итоговой аттестации допускаются слушатели, не имеющие академической задолженности и в полном объеме выполнившие учебный план программы. Порядок прохождения итоговой аттестации определяется локальными нормативными актами образовательной организации.

2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочные материалы обеспечивают проверку достижения планируемых результатов обучения по программе и используются в процедуре текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и итоговой аттестации.

2.1. Текущий контроль

Текущий контроль знаний проводится в формах, предусмотренных учебным планом.

Примерный перечень ов для проведения текущего контроля в форме тестирования по теме «Основы психологии»:

1. Почему в психологию введено понятие личность?
2. Что отражает понятие темперамент и в чем его специфика.
3. Где необходим учет типологических особенностей темперамента?
4. Каким образом можно использовать знания психологической теории для воспитания и самовоспитания характера.
5. Укажите примерную последовательность формирования черт характера: волевые черты, трудолюбие, аккуратность, настойчивость, доброта, черствость, отзывчивость, эгоизм, общительность, безразличие.
6. В чем взаимосвязь характера и темперамента?
7. Определите у героев произведений Толстого Л.Н., Достоевского Ф.М., Горького А.М. и др тип характера, черты характера, акцентуации характера.
8. Что объясняют понятия: потребность, мотив?
9. Приведите примеры мотивов; идеалов, интересов, убеждений, социальных установок, ценностей.
10. Как связаны мотивация и деятельность?

Условия выполнения задания

Проводится в дистанционном формате, время опроса – 30 минут.

6 и более правильных ответов – зачет

5 и менее правильных ответов – незачет

2.2. Промежуточная аттестация

Освоение программы, в том числе отдельной ее части (модуля), может сопровождаться промежуточной аттестацией, проводимой в формах, определенных учебным планом. По результатам любого из видов промежуточных испытаний выставляются отметки по двухбалльной («удовлетворительно» («зачтено»), «неудовлетворительно» («не зачтено»)) системе.

Модуль 1 Основы психологии и педагогики

Правильный вариант ответа отмечен знаком +

1. О каком понятии идет речь: «Природные стереотипные реакции организма, возникшие в результате длительного эволюционного развития, которые осуществляются с помощью спинного и низших отделов головного мозга»?

- 1) Рефлекторная дуга
- 2) +Безусловные рефлексы
- 3) Условные рефлексы
- 4) Ориентировочные рефлексы

2. Процесс и результат приобретения индивидуального опыта – это...

- 1) +Научение
- 2) Рефлекс
- 3) Инстинкт
- 4) Таксис

3. Что является основным фактором развития человека в современном обществе?

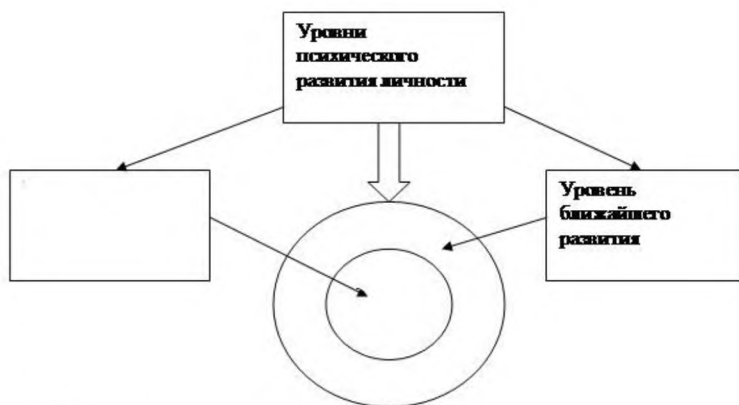
- 1) Компьютерная грамотность
 - 2) Изменения природной среды
 - 3) Биологическая борьба за существование
 - 4) +Адаптация к социальной среде
4. Кто разработал теорию эволюции психики в филогенезе?

- 1) П. Ф. Каптерев
- 2) +А. Н. Леонтьев
- 3) М. Я. Басов
- 4) Л. И. Божович

5. Какая из функций психики отсутствует на схеме?



- 1) +Регуляция поведения и деятельности
 - 2) Субъективное преобразование объективной действительности
 - 3) Адаптация к воздействиям окружающей среды
 - 4) Формирование собственных мотивов и потребностей
6. Какой вид деятельности характеризует цель: «Решение типичных задач в измененных условиях, моделирование и контроль процесса решения»?
- 1) Учебная деятельность
 - 2) Трудовая деятельность
 - 3) +Игровая деятельность
7. В основе какого вида внимания лежит ориентировочный рефлекс, не связанный с сознательными намерениями субъекта?
- 1) Послепроизвольного
 - 2) Произвольного
 - 3) +Непроизвольного
 - 4) Внутреннего
8. Ощущение как психический процесс состоит в...
- 1) +Отражении отдельных свойств предметов и явлений материального мира
 - 2) Обобщенном отражении предметов и явлений материального мира
 - 3) Опосредованном отражении отдельных свойств физического мира
 - 4) Целостном отражении объектов окружающего мира
9. О каком понятии идет речь: «Зависимость восприятия от общего содержания нашей психической жизни»?
- 1) Избирательность
 - 2) Осмысленность
 - 3) Иллюзия восприятия
 - 4) +Апперцепция
10. Чем характеризуется воображение?
- 1) Идеями и решениями, которые отличаются новизной и уникальностью
 - 2) +Созданием образов, основанных на ранее сформированных представлениях
 - 3) Отражением в человеческом сознании целостных образов предметов и явлений действительности
 - 4) Особым состоянием, основанном на желании идеального будущего
11. Какую характеристику у флегматика имеют нервные процессы торможения и возбуждения по подвижности?
- 1) Подвижный
 - 2) +Малоподвижный
 - 3) Уравновешенный
 - 4) Неуравновешенный
12. Какого фактора движущих сил психического развития личности не хватает на схеме?



- 1) Уровень воспитанности
- 2) Уровень социального развития
- 3) +Уровень актуального развития
- 4) Уровень развития интеллекта

13. По характеру целей деятельности память бывает двух видов:

- 1) +Произвольная и произвольная
- 2) Активная и пассивная
- 3) Механическая и динамическая
- 4) Образная и логическая

14. О какой стратегии решения задач идет речь: «Направленность мысли от общего к частному»?

- 1) Индукция
- 2) +Дедукция
- 3) Аналогия
- 4) Синтез

15. Кто из исследователей активно занимался психологией деятельности?

- 1) З. Фрейд
- 2) В. М. Бехтерев
- 3) Э. Кречмер
- 4) +А. Н. Леонтьев

16. Какую характеристику педагогики как науки можно назвать специфичной?

- 1) Она связана с науками, изучающими человека
- 2) +Она устанавливает законы и принципы эффективного обучения и воспитания
- 3) Она является наукой о воспитании
- 4) Она имеет дело с подрастающим поколением

17. Какой принцип не относится к принципам организации и функционирования педагогического процесса?

- 1) Целостного подхода к воспитанию
- 2) Последовательности и систематичности в обучении и воспитании
- 3) Целенаправленности воспитания
- 4) +Гуманитарного подхода к образованию

18. На отбор целей образования в современном обществе влияет:

- 1) Уровень жизни населения страны
 - 2) Экономическое развитие страны
 - 3) +Социальный запрос государства и общества
 - 4) Интересы государственной власти
19. Какого принципа процесса обучения не существует?
- 1) Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей
 - 2) +Принцип требовательности по отношению к порядку выполнения заданий
 - 3) Принцип ведущей роли обучения и воспитания по отношению к развитию детей
 - 4) Принцип последовательности и систематичности
- тест-20. Что является предметом педагогики как науки?
- 1) +Целенаправленно организуемый педагогический процесс
 - 2) Ученик как субъект взаимодействия с учителем
 - 3) Образовательные системы
 - 4) Развитие личности
21. Как называется процесс постановки целей и конкретизации задач обучения и воспитания личности?
- 1) Образование
 - 2) +Целеполагание
 - 3) Планирование
 - 4) Диагностика
22. Что не относится к статистическим методам педагогических исследований?
- 1) +Сравнительный анализ
 - 2) Ранжирование
 - 3) Регистрация
 - 4) Рейтинг
23. Что является основной структурной единицей педагогического процесса?
- 1) Классный час
 - 2) Личность педагога
 - 3) Педагогическая технология
 - 4) +Педагогическая задача
24. Что устанавливает связь педагогики с социологией?
- 1) Механизмы и законы психической деятельности и развития личности
 - 2) +Закономерности социализации и воспитания личности в различных социальных институтах
 - 3) Методические основы педагогического знания
 - 4) Специфику действия экономических законов в сфере образования
25. О каком методе педагогического исследования идет речь: «Целенаправленный и планомерный процесс сбора информации путем непосредственной регистрации исследователем хода и результатов педагогического процесса»?
- 1) Беседа

- 2) Педагогический консилиум
 - 3) +Наблюдение
 - 4) Анкетирование
26. Какой функции педагогики не хватает на схеме?



- 1) +Проективно-конструктивной
 - 2) Систематической
 - 3) Практической
 - 4) Контрольно-измерительной
27. О каком понятии идет речь: «Процесс направленного развития и формирования человеческой личности в условиях ее обучения, образования и воспитания»?
- 1) Функции педагогики
 - 2) Педагогика
 - 3) Задачи педагогики
 - 4) +Предмет педагогики
28. Содержанием какого этапа педагогического эксперимента является интерпретация полученных фактов?
- 1) Методического этапа
 - 2) Теоретического этапа
 - 3) Собственно эксперимента
 - 4) +Аналитического этапа
29. Что понимается под многоуровневостью современного образования?
- 1) Широкое многообразие учебных заведений и образовательных программ
 - 2) +Организация поэтапного образовательного процесса, который обеспечивает возможность достижения определенных промежуточных результатов
 - 3) Массовое использование ЭВМ и информационных технологий в процессе обучения
 - 4) Ориентация на реализацию государственного образовательного стандарта
30. Движущими силами процесса обучения принято считать:
- 1) +Противоречия
 - 2) Закономерности
 - 3) Условия

4) Принципы

Условия выполнения задания

Тестирование проводится в дистанционном формате, время опроса – 2 часа.

16 и более правильных ответов – зачет

15 и менее правильных ответов – незачет

Модуль 2. Медико-биологические основы физической культуры

1. В период эмбриогенеза зародыш человека называется плодом к концу:
 - 1) 2-й недели
 - 2) 4-й недели
 - 3) 8-й недели
 - 4) 10-й недели
2. Индивидуальное развитие организма это:
 - 1) Морфогенез
 - 2) Филогенез
 - 3) Онтогенез
3. Кого считают основоположником современной анатомии?
 - 1) Леонардо да Винчи
 - 2) Андреас Везалий
 - 3) Луи Пастер
 - 4) Клавдий Гален
4. Жизненный цикл человека разделен на периоды или этапы. Укажите неверный ответ:
 - 1) период слияния половых клеток
 - 2) период новорожденности
 - 3) период грудного возраста
 - 4) преддошкольный возраст
 - 5) дошкольный возраст
 - 6) младший школьный возраст
 - 7) подростковый возраст
 - 8) юношеский возраст
5. Раннее детство продолжается :
 - 1) от 7 до 11 лет
 - 2) от 1 до 3 лет
 - 3) от 1 до 4 лет
 - 4) от 10 дней до 1 года
6. Нервная система состоит из клеток, которые называют :
 - 1) аксонами
 - 2) нейронами
 - 3) дендритами
 - 4) медиаторами
7. Нервная система выполняет следующие функции (выберите

несколько вариантов ответов):

- 1) транспортирует питательные вещества
 - 2) осуществляет гуморальную функцию
 - 3) обеспечивает согласованную деятельность органов
 - 4) связывает организм, с внешней средой
 - 5) является материальной основой для высшей нервной деятельности.
8. Вся нервная система подразделяется на :
- 1) центральную и периферическую
 - 2) центральную и симпатическую
 - 3) периферическую и соматическую
9. Безусловные рефлексy:
- 1) приобретаются в процессе жизни
 - 2) вырабатываются на определенные сигналы
 - 3) передаются по наследству
 - 4) лежат в основе различия внешних сигналов
10. Какую функцию выполняет мозжечок ?
- 1) управляет тонусом мышц
 - 2) отвечает за координацию движений
 - 3) через него проходят все чувствительные пути к большим полушариям мозга
11. Артерии - это сосуды, несущие:
- 1) только артериальную кровь
 - 2) только венозную кровь
 - 3) кровь от сердца к органам
 - 4) кровь от органов к сердцу
12. Естественный иммунитет не вырабатывается против:
- 1) кори
 - 2) ветрянки
 - 3) ВИЧ-инфекции
 - 4) скарлатины
13. Гемоглобин - это :
- 1) дыхательный фермент
 - 2) форменный элемент крови
 - 3) белок, переносящий кровь
 - 4) вещество, входящее в состав плазмы
14. Жидкую часть крови называют :
- 1) тканевой жидкостью
 - 2) лимфой
 - 3) физиологическим раствором
 - 4) плазмой
15. Способность организма вырабатывать антитела, обеспечивает организму:
- 1) постоянство внутренней среды
 - 2) иммунитет
 - 3) защиту от образования тромбов

- 4) превращение фибриногена в фибрин
16. Питательные вещества выполняют функцию:
- 1) защитную
 - 2) энергетическую
 - 3) двигательную
 - 4) транспортную
17. Выберите правильный порядок расположения органов пищеварительной системы
- 1) ротовая полость — пищевод — желудок — тонкий кишечник — толстая кишка — прямая кишка
 - 2) ротовая полость — желудок — пищевод — толстая кишка — тонкая кишка — прямая кишка
 - 3) ротовая полость — пищевод — желудок — толстая кишка — тонкая кишка — прямая кишка
 - 4) ротовая полость — желудок — пищевод — прямая кишка — толстая кишка — тонкая кишка
18. В процессе пищеварения у человека белок расщепляется на
- 1) простые сахара
 - 2) глицерин и жирные кислоты
 - 3) углекислый газ, воду и аммиак
 - 4) аминокислоты
19. Желчь образуется в:
- 1) желчном пузыре
 - 2) железах желудка
 - 3) клетках печени
 - 4) поджелудочной железе
20. В каком отделе пищеварительного канала человека всасывается основная масса воды?
- 1) желудке
 - 2) пищеводе
 - 3) тонкой кишке
 - 4) толстой кишке
21. Фермент липаза расщепляет:
- 1) белки
 - 2) жиры
 - 3) углеводы
 - 4) витамины
22. Железы внутренней секреции вырабатывают гормоны, которые поступают в :
- 1) кишечник
 - 2) нервные клетки
 - 3) кровь
 - 4) тканевую жидкость
23. Заболевание связанное с недостатком витамина Д:
- 1) цинга

- 2) гастрит
- 3) рахит
- 4) куриная слепота

24. Какие из приведенных рефлексов являются безусловными? Выберите три верных ответа из шести.

- 1) лай собаки по команде "Голос"
- 2) отделение слюны на запах пищи
- 3) коленный рефлекс
- 4) моргание при попадании песчинки в глаз
- 5) включение света при входе в помещение
- 6) чувство голода

25. Среди костей черепа , выберите парные кости. Выберите три верных ответа из шести.

- 1) теменная
- 2) височная
- 3) лобная
- 4) затылочная
- 5) скуловая
- 6) носовая

26. Какие из приведенных рефлексов не наследуются? Выберите три верных ответа из шести.

- 1) выполнение собакой команды "Лежать"
- 2) кашель при попадании крошек хлеба в дыхательные пути
- 3) выделение слюны в определенное время дня
- 4) временная остановка дыхания в холодную погоду
- 5) езда на велосипеде
- 6) чувство голода

27. Установите последовательность движения крови по большому кругу кровообращения.

- 1) левый желудочек
- 2) аорта
- 3) артерии
- 4) капилляры
- 5) вены
- 6) правое предсердие

28. Скелет и мышцы не выполняют функцию:

- 1) защитную
- 2) двигательную
- 3) опорную
- 4) транспорта веществ

29. Выберите участки кровеносной системы, относящиеся к большому кругу кровообращения.

- 1) правый желудочек
- 2) сонная артерия
- 3) лёгочная артерия

- 4) верхняя полая вена
 - 5) левое предсердие
 - 6) левый желудочек
30. Белки пищи начинают перевариваться у человека в :
- 1) ротовой полости
 - 2) желудке
 - 3) тонком кишечнике
 - 4) толстом кишечнике
31. С нарушением функций какой железы связано заболевание сахарный диабет?
- 1) половая железа
 - 2) гипофиз
 - 3) щитовидная железа
 - 4) поджелудочная железа
32. Установите, в какой последовательности лучи света должны передаваться в органе зрения к зрительным рецепторам.
- 1) роговица
 - 2) зрачок
 - 3) хрусталик
 - 4) стекловидное тело
 - 5) палочки и колбочки
33. Жизненная емкость легких — это количество воз-духа:
- 1) Поступившего в легкие при вдохе в процессе дыхания при относительно спокойном состоянии
 - 2) Поступившего в легкие при глубоком вдохе после глубокого выдоха
 - 3) Поступившего в легкие при глубоком вдохе после обычного выдоха
 - 4) Поступившего в легкие при обычном вдохе после глубокого выдоха
34. Дыхание — это:
- 1) Совокупность процессов поглощения кислорода, выделения углекислого, окисления органических веществ с выделением химической энергии
 - 2) Процесс поглощения кислорода и выделения углекислого газа
 - 3) Процесс поглощения кислорода и выделения углекислого газа
 - 4) Газообмен в легких
35. Табачный дым отрицательно влияет на вегетативную нервную систему, нарушает работу: (выберите 2 ответа)
- 1) Кровеносных сосудов
 - 2) Сердца и легких
 - 3) Желудка и кишечника
 - 4) Органов зрения и слуха
36. Конечные продукты обмена веществ должны быть удалены из организма человека, так как они могут:
- 1) замедлить процесс пищеварения
 - 2) вызвать торможение в нервных клетках

- 3) повысить кислотность желудочного сока
 - 4) вызвать отравление организма, накапливаясь в тканях
37. Моча здорового человека не содержит:
- 1) солей аммония
 - 2) белков и эритроцитов
 - 3) минеральных солей
 - 4) пигментов и мочевины
38. Главная роль дыхательной системы в организме:
- 1) перенос кровью кислорода
 - 2) снабжение крови кислородом и удаление из нее углекислого газа
 - 3) перенос кровью углекислого газа
 - 4) снабжение крови углекислым газом
39. Определите последовательность движения воздуха к легким по дыхательным путям человека:
- 1) носовая полость — > носоглотка — > трахея — > гортань — > бронхи — > легочные пузырьки
 - 2) носовая полость — > носоглотка — > гортань — > трахея — > бронхи — > легочные пузырьки
 - 3) носовая полость — > носоглотка — > бронхи — > гортань — > трахея — > легочные пузырьки
 - 4) носовая полость — > носоглотка — > гортань — > бронхи — > трахея — > легочные пузырьки
40. Как влияет табачный дым на органы дыхания?
- 1) убивает вирусы и микробы
 - 2) вызывает сокращение межреберных мышц
 - 3) вызывает воспаление слизистой оболочки и снижает ее защитные функции
 - 4) защищает воздухоносные пути и легкие от перегрева
41. Увеличение размеров тела и наступление созревания в более ранние сроки это....(Запишите одним словом)
42. Какой должна быть температура воздуха в помещении спортивного зала?
- 1) 16-18 градусов Цельсия
 - 2) 18-20 градусов Цельсия
 - 3) 18-22 градусов Цельсия
 - 4) 21-23 градусов Цельсия
43. Можно ли использовать в одном помещении люминисцентные лампы и лампы накаливания?
- 1) да
 - 2) нет
44. В основе иммунитета лежит способность клеток крови:
- 1) образовывать тромб
 - 2) участвовать в выработке антител и фагоцитозе
 - 3) осуществлять пластический обмен веществ
 - 4) осуществлять энергетический обмен

45. Назовите категорию физиологических явлений, к которой относятся двигательные навыки, чтение, письмо, счет в уме и т. д. :

- 1) безусловные рефлексы
- 2) инстинкты
- 3) условные рефлексы
- 4) произвольные движения.

Условия выполнения задания

Тестирование проводится в дистанционном формате, время опроса – 2 часа.

23 и более правильных ответов – зачет

22 и менее правильных ответов – незачет

Модуль 3. Теория и методика физической культуры

**Технология составления программы развития физических качеств
Последовательность действий студента при разработке
программы развития кондиционных способностей:**

1. Определить цель на основе связи с двигательным действием
2. Определить общую задачу.
3. Проанализировать и выделить формы проявления данной способности, которые проявляются в рассматриваемых физических упражнениях.
4. Проанализировать и оценить все существенные факторы, которые могут прямо или косвенно сказаться на уровне развития данной способности.
5. Определить частные задачи развития кондиционных способностей.
6. Определить средства и методы адекватные частным задачам.
7. Выбрать способы измерения исходного и достигнутого уровня развития данного вида способностей, критерии оценки.
8. Определить количественные требования.
9. Определить количество занятий, на которых будет осуществляться развитие данной способности.
10. Составить программу по следующей форме:

Программа развития кондиционных способностей

Цель программы:

Класс:

Общая задача:

Контрольное упражнение:

	мальчики (юноши)	девочки (девушки)
Оценка «5»		
Оценка «4»		
Оценка «3»		
Оценка «2»		

Количество занятий: 8

	Частные задачи	Средства и методические приемы
1	Проверить исходный уровень развития	
2	Развивать	
3	Развивать	
4	Развивать	
5	Развивать	
6	Развивать	
7	Развивать	
8	Проверить достигнутый уровень развития	

Условия выполнения задания

Проводится в очном формате, время выполнения задания – 2 часа.

Критерии оценки:

1. Соответствие общей задачи цели программы
2. В формулировках частных задач отражаются конкретные формы или виды проявления совершенствуемых качеств, указывается, на какие

мышечные группы должно быть оказано воздействие.

3. Избираемые средства должны отвечать требованию максимальной прикладности. Это значит, что планируемый развивающий эффект достигается путем подбора специальных развивающих упражнений, отвечающих особенностям разучиваемого или нормативного физического упражнения.

4. Система повышения нагрузки из урока в урок

5. Метод развития физического качества. Особое внимание должно быть уделено методам, которые позволяют изменять характер и величину воздействия физических упражнений без изменения их количества и концентрации во времени, в частности за счет варьирования техники или внешних условий выполнения упражнения, применения отягощений или сопротивлений, изменения порядка чередования упражнений в уроке и т.п.

6. Сочетание с другими физическими способностями.

7. Соответствие разработанной программы возрасту

Шкала оценки:

0 – не соответствует

1 – частично соответствует

2 – почти соответствует

3 – полностью соответствует

Оценка:

11 и более правильных ответов – зачет

10 и менее правильных ответов – незачет

Модуль 4. Методика проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-оздоровительной деятельности с методикой преподавания

Форма: защита продукта

Время выполнения: 2 часа.

Описание, требования к выполнению: защита разработанной технологической карты урока по физической культуре (по одному из разделов программы).

Критерии оценивания:

зачет/незачет. Слушатели получают зачет, если работа выполнена в полном объеме: разработана технологическая карта урока физической культуры, обосновано ее содержание с учетом возрастных особенностей обучающихся и требований ФГОС ООО.

Примеры заданий:

На основе полученной цели составить технологическую карту урока физической культуры для обучающихся 5 класса в условиях ФГОС ООО.

Модуль 5. Организация внеурочной деятельности по физической культуре

Форма: методическая разработка

Время выполнения: 2 часа.

Описание, требования к выполнению: Разработка содержания одного из направлений деятельности школьного спортивного клуба (ШСК)

Критерии оценивания:

зачет/незачет. Слушатели получают зачет, если работа выполнена в полном объеме: разработано содержание направления деятельности ШСК, предложены виды деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся.

2.3. Итоговая аттестация

Освоение программы завершается итоговой аттестацией. Форма итоговой аттестации: экзамен

Форма итоговой аттестации: экзамен в соответствии с учебно-тематическим планом.

Общее время экзамена: 4 часа

Образцы задания:

Модуль 1: Организация и проведение физкультурно-спортивной работы

Задание модуля 1:

Разработать конспект по подготовке юношей / мужчин или девушек / женщин разных возрастных групп к сдаче обязательного испытания / испытания (тесты) по выбору ВФСК ГТО.

Время на выполнение задания: 60 минут

Демонстрация не предполагается

Модуль 2: Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам

Задание модуля 2:

Разработать конспект учебного занятия по физической культуре для обучающихся основной школы, по разделу основной общеобразовательной программы

Время на выполнение задания: 60 минут

Демонстрация не предполагается

Задание модуля 2:

Продемонстрировать упражнения из основной части разработанного конспекта учебного занятия по физической культуре для обучающихся основной школы, по разделу основной общеобразовательной программы

Время на демонстрацию для одного участника: 9 минут

Критерии оценки:

№ п/п	Модуль задания (вид деятельности, вид профессиональной деятельности)	Критерий оценивания	Баллы
1	Организация и проведение физкультурно-	Использование современных средств поиска, анализа и интерпретации информации, и	10,00

	спортивной работы	информационных технологий для выполнения задач профессиональной деятельности	
		Организация спортивно-массовых соревнований и мероприятий по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса	16,00
2	Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	Определение цели и задач, планирование учебных занятий по физической культуре	24,00
		Проведение учебного занятия по физической культуре	24,00
		Осуществление контроля, оценивание и анализ процесса и результатов педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура»	6,00
ИТОГО			80,00

Оценка выставляется по четырех балльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно») путем перевода баллов в оценку.