

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры
«Физкультурно-оздоровительные
технологии»

«24» января 2023г., протокол №6
Заведующий кафедрой

 С.А. Архипова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ)
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

«Теория и методика физической культуры»

**основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – программы бакалавриата**

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)
Физкультурно-оздоровительные технологии

Форма(ы) обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490301-01-23

Тула 2023 год

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
фонда оценочных средств (оценочных материалов)

Разработчик(и):

Миронов Д.Л., доцент каф. ФОТ, к.п.н.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Миронов', is written over a horizontal line.

1. Описание фонда оценочных средств (оценочных материалов)

Фонд оценочных средств (оценочные материалы) включает в себя контрольные задания и (или) вопросы, которые могут быть предложены обучающемуся в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Указанные контрольные задания и (или) вопросы позволяют оценить достижение обучающимся планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), установленных в соответствующей рабочей программе дисциплины (модуля), а также сформированность компетенций, установленных в соответствующей общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

2. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

4 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.1)

1. Укажите, что послужило основой (источником) возникновения физического воспитания в обществе.
2. Под функциями физической культуры подразумеваются:
3. Перечислите и кратко охарактеризуйте специфические функции физической культуры.
4. Какие общекультурные функции физической культуры Вы знаете?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.1)

1. Какие общеметодические принципы реализуются в процессе физического воспитания?
2. Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся?
3. Поясните суть и значение принципа систематичности.
4. Поясните, каким образом сочетание непосредственной и опосредованной наглядности может улучшить процесса формирования двигательного умения или навыка.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.1)

1. Задачи по воспитанию физических качеств и сопряженных с ними

двигательных способностей человека заключаются в том, чтобы:

2. Какие образовательные задачи решаются в процессе физического воспитания?
3. По каким показателям (критериям) можно оценить оздоровительную эффективность физкультурных или спортивных занятий?
4. Как определяется моторная плотность урока или учебно-тренировочного занятия?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.2)

1. К кинематическим характеристикам двигательных действий относят:
2. Биомеханические силы, с использованием которых совершаются движения человека, принято подразделять на:
3. Целевые установки, специфические для сферы физического воспитания, состоят в том, чтобы:
4. Поясните, что такое «основа техники движений».

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.2)

1. Что относят к показателям физического развития?
2. Содержание физического упражнения составляют:
3. Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту. Эти программы содержат:
4. Основным (исходным) документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является:

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.2)

1. Раскройте смысл понятия «физическая культура».
2. Физическое воспитание, как специфический вид воспитания, представляет собой:
3. Дайте определение понятию «спорт» (в широком и узком смысле).
4. В исследованиях по теории физической культуры достаточно широко используется тестирование. Что собой представляет данный метод исследования?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.3)

1. В чем суть системного подхода к исследованию процессов и явлений физической культуры?
2. В комплексе исследовательских подходов, применяемых в теории физической культуры, одно из видных мест занимает моделирование. В чем его суть?

3. Почему исследования в области физической культуры и спорта обычно начинаются с обзора специальной научной литературы и документальных материалов?

4. Какие опросные методы исследования Вы знаете, и с какой целью они используются?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.3)

1. Что может быть объектом наблюдения в сфере физической культуры или спорта?

2. Аналитический эксперимент при исследовании отдельных сторон или процессов в сфере физической культуры характеризуется:

3. По каким показателям мы можем оценить объем физической нагрузки с «внешней стороны»?

4. По каким показателям мы можем оценить интенсивность физической нагрузки с «внешней стороны»?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.3)

1. Почему данные, полученные в результате исследования процессов и явлений в сфере физической культуры, часто нуждаются еще и в специальной обработке с использованием методов математической статистики?

2. Что такое «нормативы», и каким образом они влияют на процесс физического воспитания?

3. Активный отдых между упражнениями представляет собой:

4. Что такое «микроцикл»?

5 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.1)

1. Активизация процессов мышечного напряжения может происходить при различных режимах функционирования мышц. Что это за режимы?

2. В каком возрасте отмечаются наиболее значительные темпы развития силовых способностей у мужской группы населения (по показателям прироста абсолютных величин внешне проявляемой силы)?

3. Почему нельзя отождествлять понятия «быстрота» и «скорость»?

4. Какие методы составляют основу воспитания быстроты движений?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.1)

1. Основным недостатком экстенсивных методов воспитания собственно-силовых способностей заключается в том, что:

2. Что Вы можете сказать об интенсивных методах воздействия на собственно-силовые способности: какие у них преимущества и какие недостатки (в сравнении с экстенсивными методами)?

3. Какие виды сложных двигательных реакций Вы знаете?

4. Наиболее эффективным по показателям прироста скорости движений является такой вариант воспроизведения скоростных упражнений в недельном микроцикле, когда эти упражнения выполняются:

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.1)

1. Какие Вы знаете средства измерения внешних проявлений мышечной силы?

2. Как определяется мощность выполняемых движений?

3. В качестве показателя двигательной реакции измеряют:

4. Каким образом определяется продолжительность каждого отдельного упражнения, развивающего быстроту движений?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.2)

1. Результативность каких упражнений (в том числе и соревновательных) во многом зависит от уровня развития «взрывной» силы?

2. Центральная методическая проблема воспитания скоростно-силовых способностей – это проблема:

3. Укажите важнейшую отличительную особенность выполнения собственно-скоростных упражнений.

4. Какие внешние проявления быстроты чаще всего являются показателями уровня ее развития?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.2)

1. Если в тренировке преследуется задача стимулировать увеличение объема мышц, то отягощение нормируют с таким расчетом, чтобы предельно возможное число повторений упражнения в серии составляло:

2. Как Вы считаете, возможен ли «перенос» прироста силовых возможностей, достигнутого посредством статических упражнений, на иные действия?

3. Реакция выбора представляет собой:

4. В каких видах спорта остро стоит задача обеспечения высокой степени развития быстроты, проявляемой в сложных двигательных реакциях?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.2)

1. Предельное число возможных повторений при серийном воспроизведении силового упражнения «до отказа» (без пауз) с заданным отягощением получило

название:

2. При использовании в процессе воспитания собственно-силовых способностей методов интенсивного воздействия оптимальные интервалы отдыха между подходами (при повторном выполнении серий упражнений, связанных с преодолением фиксированных отягощений) составляют:

3. Какие возрастные периоды считаются наиболее благоприятными для эффективного воздействия на скоростные способности?

4. Какие Вы знаете подходы и приемы, с помощью которых можно превысить привычную скорость движений?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.3)

1. Говоря о силе как об одном из основных физических качеств человека, имеют в виду то из них, которое:

2. С помощью каких контрольных упражнений можно оценить уровень развития различных силовых способностей?

3. Быстрота обозначает то качество двигательной активности индивида, которое в совокупности характеризует его способности минимизировать длительность:

4. Приведите примеры тестов, позволяющих определить уровень развития различных проявлений быстроты движений.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.3)

1. Назовите факторы, от которых в решающей степени зависит эффективность реализации силовых возможностей мышечной системы.

2. Способность к мышечным напряжениям зависит от:

3. Успешное совершенствование сложных двигательных реакций возможно на основе создания определенных двигательных предпосылок. Что это за предпосылки?

4. Что такое «скоростной барьер» и каковы причины его появления?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.3)

1. В каком случае мощность выполняемой физической работы может достигать максимальных значений?

2. «Силовая выносливость» - это способность:

3. Исходя из чего нормируют интервалы отдыха при повторении скоростного упражнения в процессе занятия?

4. В целостном процессе физического воспитания необходимо соблюдать ряд условий, которые предупреждают стабилизацию скорости движений. Что бы Вы отнесли к числу таких условий?

3. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

4 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.1)

1. При выполнении физических упражнений «внутренними» показателями нагрузки являются:

2. По каким внешним признакам можно оценить степень утомления конкретного занимающегося на уроке физкультуры?

3. Что такое перетренировка и перенапряжение? Каковы могут быть последствия возникновения таких патологических состояний?

4. Что Вы можете сказать о гетерохронности восстановления различных сторон оперативной работоспособности? Приведите пример такой гетерохронности.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.1)

1. Какими закономерностями обусловлена цикличность тренировочного процесса?

2. Что Вы можете сказать о таких, казалось бы, несовместимых чертах техники движений, как стабильность и вариативность?

3. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:

4. Какие этапы включает в себя весь процесс обучения любому двигательному действию?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.1)

1. Какими процессами и явлениями характеризуется суперкомпенсаторный эффект физических упражнений?

2. Кумулятивный эффект системы упражнений представляет собой:

3. Назовите принципы, выражающие специфические закономерности построения физического воспитания.

4. Поясните смысл и значение принципа системного чередования нагрузок и отдыха.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.2)

1. Правильное исходное положение служит одной из важных предпосылок эффективного (результативного) выполнения последующих движений. Обоснуйте это на конкретном примере.

2. Чем обусловлена важность рациональной оперативной позы в процессе выполнения упражнения? Покажите это на конкретном примере.

3. С позиции биомеханики движения во времени характеризуются:
4. Назовите пространственно-временные характеристики движений, а также покажите на конкретном примере, как на основе этих характеристик можно оценить технику какого-либо двигательного действия или упражнения.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.2)

1. Какие качественные характеристики техники физических упражнений Вы знаете, и каким образом они оцениваются?
2. Что собой представляют модельно-целевые упражнения?
3. Укажите основную, определяющую черту соревновательного метода физического воспитания.
4. Содержание физического упражнения составляют:

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.2)

1. Что Вы можете сказать о динамических характеристиках техники физических упражнений?
2. Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что:
3. С чего обычно начинается обучение любому двигательному действию?
4. Что собой представляет специальная физическая подготовка?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.3)

1. По каким морфологическим показателям можно судить об уровне физического развития занимающегося?
2. На что конкретно обращают внимание при анализе траектории движений (как отдельных звеньев тела, так и тела в целом)?
3. Методами строго регламентированного упражнения деятельность занимающихся организуется и регулируется с возможно полной регламентацией. В чем смысл такой регламентации?
4. Дайте характеристику таким формам реализации двигательных возможностей как двигательное умение и двигательный навык.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.3)

1. Как называется метод организации деятельности занимающихся на физкультурном занятии, при котором все выполняют одно и тоже задание преподавателя?
2. Что такое «функциональная подготовленность», и какими показателями она может характеризоваться?

3. Ритм, как комплексная характеристика техники физических упражнений, представляет собой:

4. Игровой метод в физическом воспитании характеризуют следующие черты:

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.3)

1. Дайте характеристику ближайшего и следового эффектов физического упражнения или упражнений.

2. Сущность метода сопряженного воздействия состоит в том, что:

3. Разучивание двигательного действия может осуществляться на основе метода расчлененно-конструктивного упражнения или метода целостно-конструктивного упражнения. Дайте характеристику этим методам, покажите их достоинства и недостатки.

4. Готовность обучаемых к практическому разучиванию двигательного действия характеризуется следующими основными компонентами:

5 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.1)

1. Под «выносливостью» в самом общем смысле подразумевают:

2. Под двигательнo-координационными способностями подразумевают:

3. «Гибкостью» в применении к физическим качествам человека принято называть:

4. Упражнения в растягивании – это:

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.1)

1. Какой возраст считается наиболее благоприятным (сенситивным) периодом для развития двигательнo-координационных способностей?

2. Что является непременным условием предупреждения и преодоления мышечной напряженности при выполнении двигательных действий?

3. Что понимают под общей выносливостью?

4. Что собой представляют упражнения на осанку?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.1)

1. Какие формы занятий физической культурой Вы знаете?

2. Чем обусловлено первостепенное значение урочных форм физкультурных или спортивно-тренировочных занятий?

3. Что собой представляет план-конспект физкультурного занятия?

4. Что собой представляют единые унифицированные государственные (а также

авторские) программы по физическому воспитанию для определенных контингентов населения (школьные, вузовские и т.п.)?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.2)

1. Важнейшими критериями при выборе упражнений для эффективного воздействия на двигательно-координационные способности являются:
2. Одним из обязательно учитываемых показателей, говорящих о состоянии и степени развития выносливости, является:
3. Что Вы можете сказать о таком методе развития гибкости как стретчинг?
4. С помощью каких контрольных упражнений мы можем определять уровень развития гибкости человека?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.2)

1. Можно ли совершенствовать координацию движений на фоне утомления?
2. Что такое «чувство пространства», и как его можно совершенствовать в процессе физического воспитания?
3. Основным внешним показателем скоростной выносливости является:
4. Что вы можете сказать об активной и пассивной формах проявления гибкости?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.2)

1. Какие неурочные формы занятий физическими упражнениями Вы знаете?
2. Что собой представляют физкультурно-рекреативные формы занятий, каково их значение?
3. Чем перспективное планирование в физическом воспитании отличается от этапного?
4. Какова структура и логика построения физкультурного урока (занятия)?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.3)

1. Перечислите основные задачи, связанные с обеспечением оптимального развития двигательно-координационных способностей.
2. Факторы функциональной устойчивости, определяющие выносливость, характеризуются:
3. Мощность кислородной системы биоэнергетического обеспечения двигательной деятельности оценивается по:
4. Что такое осанка?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.3)

1. Наиболее общим критерием оценки степени развития координационных способностей является:

2. Назовите характерные признаки физических упражнений, используемых в качестве средств воспитания общей выносливости.

3. Что такое «круговая тренировка», с какой целью и в каких режимах она проводится?

4. Появлению каких негативных явлений (итоговых результатов) может способствовать излишняя мышечная напряженность при выполнении двигательных действий?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.3)

1. Какие данные являются исходными при планировании в физическом воспитании?

2. Чем обусловлена популярность такой формы физкультурных занятий как утренняя гигиеническая гимнастика?

3. Что собой представляет анализ физкультурного урока (занятия) и чем обусловлена необходимость его проведения?

4. Какие виды контроля в физическом воспитании Вы знаете, и какова их роль?

4. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся (защиты курсовой работы (проекта)) по дисциплине (модулю)

5 семестр

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.1)

1. Целью спортивной тренировки является:

2. Цикличность тренировочного процесса вызвана закономерностями:

3. Объектами управления в спортивной тренировке являются:

4. Раскройте смысл понятия «здоровый образ жизни».

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.1)

1. Какими показателями определяется результативность спортивной техники?

2. Что такое фитнес и какова его польза для здоровья?

3. Что такое аэробика, чем обусловлена ее популярность, какие виды аэробики Вам известны?

4. Какие психологические, анатомические, физиологические особенности

школьников младших классов следует учитывать при определении направленности и содержания их физического воспитания?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.1)

1. Идеомоторная тренировка представляет собой:
2. Система подготовки высококвалифицированных спортсменов включает в себя:
3. Говоря о развитии игровых видов спорта на современном этапе, отмечают целый ряд тенденций (это касается и соревновательной, и тренировочной деятельности). О каких конкретно тенденциях идет речь?
4. Что собой представляет Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), и какие задачи он решает?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.2)

1. Что такое двигательные установки, и каким образом с их помощью можно повысить качество учебно-тренировочного процесса?
2. Что собой представляет метод обучения алгоритмического типа, и как он используется в процессе подготовки тех, кто занимается сложнокоординационными видами спорта?
3. Какие преимущества влечет за собой использование различного рода технических устройств и тренажеров в физическом воспитании?
4. Что такое «искусственная управляющая среда», и какие задачи позволяет решить реализация данной концепции в системе подготовки спортсменов?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.2)

1. В рамках микро- и мезоцикла индивидуальное построение тренировки осуществляется с учетом:
2. В чем суть идеи спортизации физического воспитания в общеобразовательной школе?
3. Как анатомо-физиологические и психологические особенности женщин влияют на содержание их физкультурно-спортивной деятельности, а также величину нагрузки, которая обуславливается этой деятельностью?
4. Есть ли связь между понятиями «спортивная ориентация» и «спортивная специализация» и если «Да», то какая?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.2)

1. Анализ информации о состоянии физкультурника или спортсмена предусматривает:

2. Какую информацию о физкультурнике или спортсмене можно считать объективной?

3. Что собой представляет углубленный контроль в сфере физического воспитания или спорта?

4. Основным критерием различных сторон подготовленности спортсмена являются показатели его:

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-1.3)

1. Среди физических качеств и способностей есть те, которые с большим трудом поддаются развитию в процессе тренировки. О каких качествах и способностях, которые во многом генетически обусловлены, идет речь?

2. Обоснуйте целесообразность использования подвижных игр и игровых заданий в физическом воспитании старших дошкольников, а также школьников младших классов.

3. Что значит «создать педагогические условия подготовки»? На примере какого-либо вида спорта покажите, как создание такого рода условий влияет на процесс формирования двигательного умения или навыка.

4. Что Вы можете сказать об особенностях тренировки в атлетической гимнастике?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-3.3)

1. Для углубленного понимания техники специального упражнения нужно:

2. Как подобрать для человека, решившего заняться физической культурой, наиболее оптимальный вид двигательной активности?

3. Какие системы физических упражнений (виды двигательной активности) наиболее всего, с Вашей точки зрения, подходят людям зрелого и пожилого возраста? Обоснуйте Ваши рекомендации.

4. В чем особенности физического воспитания студентов неспортивных вузов (если сравнивать его, к примеру, с физическим воспитанием старшеклассников)?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-14.3)

1. Для практического освоения основных элементов, приемов и вариантов тактических действий на соревнованиях необходимо:

2. На примере наиболее близкого Вам вида спорта покажите, как осуществляется отбор в группы для занятий данным видом спорта.

3. Покажите, на примере какого-либо вида спорта, роль гимнастических и легкоатлетических упражнений в подготовке спортсменов, занимающихся этим видом спорта.

4. Что имеют в виду, когда говорят о нетрадиционных методах подготовки спортсменов? Приведите конкретный пример такого метода.