МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области
«Нижнетагильский педагогический колледж №2»

Подписано цифровой подписью: Низкова Е.Р.
DN: cn=Низкова Е.Р., o=ГАПОУ СО "Нижнетагильский падагогический колледж №2", ou=заместитель директора по организации образовательного процесса, email=nizkov30@yandex.ru, c=RU
Дата: 2021.08.30 15:18:24 +05'00'

КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

ОП.08 Легкая атлетика с методикой преподавания

в составе основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)
по подготовке специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Нижний Тагил,

2021

РАССМОТРЕНО:
на заседании предметно-цикловой
комиссии по подготовке учителей
физической культуры
Протокол № 1/21
от 17.09.2021 г.
Председатель ПЦК
_____ /Перезолов А.Е./

Разработчик: Нестеркин М.В., высшая квалификационная категория

СОДЕРЖАНИЕ

		стр.
1.	**ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ**	**4**
2.	**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**	**7**
3.	**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**	**21**

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ

1.1. Область применения

Комплект контрольно-измерительных материалов (КИМ) предназначен для оценки результатов освоения УД ОП.08 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (Лёгкая атлетика с методикой преподавания), основной профессиональной образовательной программы (далее ОПОП) по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Объекты оценивания

КИМ включают контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачёта.

КИМ разработаны на основании положений:

– основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

– программы учебной дисциплины УД ОП 08 Лёгкая атлетика с методикой преподавания.

Таблица 1

Объекты оценивания[i]	**Показатели**	**Критерии**	**Тип задания; № задания по видам аттестации**	
			Текущий контроль	**Промежуточная аттестация**
У1. планировать, проводить и анализировать занятия по лёгкой атлетике;	Организация и проведение урочных занятий; Использование методов, форм, средств обучения и воспитания при проведении урочных занятий;	Планирует, проводит и анализирует урочные занятия по физической культуре Отражает в оценочном листе уровень проведения урочных занятий;	Задание № 2-5, Оформление и анализ результатов тестирования при прохождения пед. практики	Дифференцированный зачет
У2. выполнять профессионально значимые двигательные действия по лёгкой атлетике;	Владеет двигательными умениями в изученных видах лёгкой атлетики.	Правильно демонстрирует технику двигательных действий с незначительными ошибками;	Выполнение контрольных упражнений п.п 3.1; 3.2; 3.3	
У3. использовать терминологию лёгкой атлетике в физкультурно-спортивной деятельности;	Название основных элементов техники лёгкоатлетических упражнений	Воспроизведены последовательно, полно и точно по фазам техники двигательного действия	Задание № 1	
У4. применять приемы страховки и самостраховки при выполнении лёгкоатлетически	Применение приемов страховки и самостраховки при выполнении физических	Соблюдает технику безопасности во время занятия, использует	Задание № 5, № 8.	

х упражнений;	упражнений, соблюдение техники безопасности на занятиях	приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений		
У5. обучать двигательным действиям изученных в лёгкой атлетике	Определение эффективности выбора различных методов и приемов обучения двигательным действиям	Применяет различные методы и приемы обучения двигательным действиям	Задание № 7, 8, 9.	
У6. подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт лёгкоатлетическог о оборудования и инвентаря;	Выбор и хранение необходимого оборудования и инвентаря для проведения занятий	Осуществляет постоянный учёт, спортивного оборудования и инвентаря	В условиях производствен ной практики.	
У7. использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами лёгкой атлетики в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	Выбор и подготовка необходимого оборудования и инвентаря для проведения занятий	Подбирает и бережно использует спортивное оборудование и инвентарь	В условиях учебной и производствен ной практики.	
З1. историю и этапы развития изученных видов лёгкой атлетики;	Поиск и отбор информации об исторических этапов развития лёгкой атлетики, терминов и дат.	Раскрыто содержание исторических этапов развития лёгкой атлетики названы соревнования (события), соответствующи е датам.	Тест №2	
З2. терминологию видов лёгкой атлетики;	Использование терминов в процессе проведения фрагментов урочных форм занятий	Верно и точно сделан анализ различных схем, примеров, наблюдений	Задание № 1 Тест №1, 2	
З3. технику профессионально значимых двигательных действий видов лёгкой атлетики;	-Анализ техники выполнения вида в лёгкой атлетике	Быстро и верно решены предложенные задачи, выполнены схемы.	Выполнение контрольных упражнений п.п 3.1; 3.2; 3.3	

34. содержание, формы организации и методику проведения занятий по видам лёгкой атлетики в школе;	Практическое проектирование план-конспекта урока(или его элементов)	Отражены основные части урока, основные средства обучения и тренировки, дана дозировка упражнений.	Задание № 2-11	
35. методику обучения двигательным действиям видов лёгкой атлетики;	Перечисление методов обучения в составе указанной группы; Описание метода обучения; Распознание метода обучения по его характеристике и др.	Перечислены все методы обучения в составе указанной группы; Метод обучения описан точно и полно; Установлено соответствие между характеристикой метода и его названием.	Задание № 3	
З 6. особенности и методику развития физических качеств в видах лёгкой атлетики;	Практическое проектирование комплексов упражнений на развитие основных физических качеств	Не менее 5-ти упражнений с дозировкой и методическими указаниями	Задание № 7, 8	
З 7. основы судейства по изученным видам лёгкой атлетики;	Положение о соревнованиях, основные правила соревнований в беге, прыжках и метаниях и технологию их проведения	Названы основные функции не менее 2-х судейских бригад в в видах лёгкой атлетики	Задание № 12 Тест№2	
З 8. разновидности лёгкоатлетических сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами лёгкой атлетики, особенности их эксплуатации;	Описание видов плоскостных(открытых) и закрытых сооружений для занятий лёгкой атлетикой. Основное оборудование и инвентарь в беге , прыжках и метаниях.	Дана характеристика одного из видов спортивных сооружений и основного оборудования и инветаря в двух видах лёгкой атлетики	Письменная работа	

Вышеперечисленные умения и знания направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и

здоровья детей.

ОК11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

2. КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ.

2.1. Задание №1

Текст задания: Тема. Техник и методика обучения видам легкой атлетики

Цель. Приобретение знаний об основных средствах физического воспитания.

Учебное задание. Провести описание-анализ техники элементов (видов) лёгкой атлетики.

Вариант 1 Бег на короткие дистанции
Вариант 2 Бег на средние и длинные дистанции (кросс)
Вариант 3 Барьерный бег
Вариант 4 Прыжки в длину
Вариант 5 Прыжки в высоту
Вариант 6 Метание (мяч, граната, копье),толкание ядра
Вариант 7 Эстафетный бег

Задание № 2

Тема. Проведение практического занятия (фрагмента) по лёгкой атлетике.

Цель. Овладение умением формулировать основные требования к изучаемым объектам в сфере физической культуры.

Задачи. Использовать принцип наглядности в проведении занятий по дисциплине; научиться взаимосвязывать в единое целое постановочную и остальные части занятий.

Учебное задание. По заданной теме поставить цель (в основе - развитие конкретных личностных качеств человека) и задачи; в соответствии с ними подобрать двигательные упражнения и игры для подготовительной, основной и заключительной части занятия. Обозначить получаемые на занятии знания, формируемые навыки и умения, развиваемые качества.

Задание №3

Тема. Составление план-схемы обучения технике одного из видов легкой атлетики.

Цель. Формирование профессиональных навыков.

Задачи. Научиться подбирать средства и методы обучения в видах лёгкой атлетики конкретизировать организационно-методические приемы обучения.

Учебное задание. Ознакомиться по учебникам, программам, методическим пособиям с методикой обучения двигательным действиям в видах легкой атлетике. Составить комплексы упражнений на основе задач обучения в видам легкой атлетике.

Учебная карточка

Задачи обучения	Средства обучения (упражнения)	Организационно-методические указания	Типичные ошибки и пути исправления

Задание 4

Тема. План-конспект занятия.

Цель. Приобретение знаний о принципах организации занятий по физическому воспитанию, методике обучения двигательным действиям.

Задачи. Сформулировать цель и задачи занятия; подобрать средства и методы обучения; определить методы организации, управления и контроля в целях решения задач обучения.

Учебное задание. В соответствии с темой занятия выделить его цель, сформулировать задачи (оздоровительные, образовательные, воспитательные) и определить соответствующие им средства, методы (практические, словесные, наглядные) и приёмы обучения.

Подобрать специально-подготовительные или подводящие, основные или вспомогательные упражнения, используя адекватные методические приёмы. Определить способы выполнения упражнений в соответствии с их характером и возможностями спортивного инвентаря, а также способы оказания помощи или страховки и исправления ошибок в процессе обучения упражнениям. Выделить приёмы стимулирования двигательной деятельности занимающихся, приёмы текущего контроля и критерии оценки изучаемого упражнения.

Подобрать упражнения и игры для основной и заключительной части занятия. Оформить конспект урока по сложившейся в практике форме.

Конспект урока по физической культуре раздел программы……..
для учащихся…….класса

Тема:
Цель:
Задачи:
Тип урока: Место проведения:
Инвентарь:

Часть занятия и содержание средств (упражнения)	Дозировка	Организационно-методические указания

Задание 5

Тема. Обучение двигательным действиям на основе план-схемы обучения двигательному действию

Цель. Овладение умением обучать двигательным действиям, определять и исправлять ошибки.

Задачи. Определить последовательность движений в действии; выделить общие и индивидуальные ошибки при выполнении упражнений.

Учебное задание. Подготовиться к практическому занятию и провести его:

- организовывать разучивание упражнения расчленённым методом на основе ранее освоенных действий;
- провести наблюдения и выявить общие и индивидуальные ошибки в каждой части упражнения;
- определить причины ошибок, подобрать средства для их исправления и организовать выполнение;
- организовать выполнение каждой части расчленённого упражнения в отдельности, добиться исправления ошибок и оценить выполнение;
- определить последовательность действий педагога при обучении упражнениям расчленённым методом (усвоение частей, уточнение представлений о технике упражнения, показ, объяснение, подбор средств в соответствии с методическими приёмами, организация выполнения).

Задание 6

Тема. Совершенствование двигательных навыков (техники упражнений), контроль и оценка степени обученности занимающихся.

Цель. Овладение умением оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий.

Задачи. Организовывать многократное и разновариантное выполнение упражнений, добиться рациональной техники; оценить качество выполнения упражнения и деятельность группы и отдельных занимающихся.

Учебное задание. При многократном выполнении упражнения выявить и исправить ошибки; углубить представление учащихся о технике выполнения упражнения, обращая внимание на детали и стиль выполнения; добиться точности и оптимальной амплитуды движений.

Изменить исходное положение, условия выполнения упражнения (стандартные, нестандартные, неожиданные), используя ориентиры, дополнительное оборудование; организовать выполнение упражнения в соединении с другими действиями.

Обеспечить текущий контроль в процессе многократного повторения упражнения (хорошо-плохо); определить критерии (качественные и количественные) оценки и оценить выполнение упражнения и деятельности группы и отдельных занимающихся.

Задание 7

Тема. Развитие ловкости у детей разного возраста.

Цель. Овладение умением реализовывать на практике знания о закономерностях развития двигательных качеств.

Задачи. Закрепить теоретические знания о комплексном качестве, каким является ловкость; разработать комплексы упражнений без предметов и с предметами для развития различных проявлений ловкости.

Учебное задание. Разработать комплексы упражнений для создания предпосылок для развития ловкости у школьников, для целенаправленного развития ручной и локомоторной ловкости у детей и подростков, используя различные упражнения, выполняемые в сложных и неожиданных ситуациях, игры народные, подвижные и спортивные, преодоление естественных и искусственных препятствий, круговую тренировку, эстафеты и пр.

Задание 8

Тема. Развитие двигательных качеств учащихся в процессе занятий физической культуры.

Цель. Усвоение знаний о закономерностях развития двигательных качеств.

Задачи. Научиться использовать методы развития двигательных качеств; актуализировать знания о закономерностях и сенситивных периодах развития двигательных способностей детей разного возраста; освоить конструктивные умения, связанные с подбором физических упражнений для развития двигательных способностей учащихся.

Учебное задание. Разработать комплексы упражнений для развития отдельного двигательного качества (гибкости, силы, выносливости) для учащихся младшего, среднего, старшего школьного возраста. С учётом возрастных особенностей развития двигательных качеств у детей разного возраста разработать комплекс специальных упражнений с преимущественным (избирательным) воздействием на развитие конкретного двигательного качества. Подобрать упражнения, игры и игровые задания как без предметов, так и со специальным оборудованием. Рассчитать количество повторений последовательность в выполнении упражнений, условия выполнения и др. По каждому возрасту и конкретному качеству разработать учебные карточки по следующей форме.

Учебная карточка

№ п\п	Содержание упражнений	Дозировка	Организационно-методические указания

Задание 9

Тема. Совершенствование техники упражнений в легкой атлетике, используя соревновательно - игровые задания.

Цель. Освоение методики подготовки в лёгкой атлетике.

Задачи. Подобрать комплекс подвижных, подготовительных или подводящих игр для совершенствования техники упражнений (бег, прыжки, метания); разработать и провести «занятие-игру» в соответствии с планом прохождения материала по лёгкой атлетике; дать педагогическую и психологическую характеристику целевых подвижных игр.

Учебное задание. Основываясь на психолого-педагогических принципах, подобрать для подготовительной части занятия 3-4 подвижные игры или игровых задания; для основной части 5-6 подвижных игр и для заключительной части – 1-2 игры – для целенаправленного развития определённого двигательного качества, закрепления техники движений, выработки нравственно-этических норм поведения, стимулирования волевых проявлений и активизации занимающихся, развития функций двигательной памяти, оперативного мышления и других психических процессов, познавательных и творческих способностей.

Дать полное пояснение возможностей и возрастной направленности каждой игры, указать пути её оптимизации для достижения цели, описать характер эмоциональных, чувственных, интеллектуальных переживаний, физических напряжений у занимающихся в процессе игры.

Задание 10

Тема. Разработка планов цикла занятий по разделу «Лёгкая атлетика» школьной программы.

Цель. Овладение системой физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи. Изучить школьную программу по разделу «Лёгкая атлетика»; определить основные цели, оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи; подобрать основные и вспомогательные средства обучения и совершенствования, методы и формы обучения.

Учебное задание. Выбрать класс, для которого осуществляться планирование цикла занятий по разделу «Лёгкая атлетика», изучить информацию объяснительной записки к программе «Физическая культура».

Определить какие направления следует осуществить в условиях педагогического процесса (формировать навыки и умения, достичь определённого уровня физической подготовленности, сообщить теоретические сведения, осуществлять гуманистическое воспитание, формировать интерес и привычку к самостоятельным занятиям укреплять здоровье). В соответствии с общей задачей обучения студенты разрабатывают поурочный календарно-тематический план на одну параллель классов по разделу Легкая атлетика.

Задание № 11

Текст задания: Тема. Организация и проведение соревнований по лёгкой атлетике

Цель. Приобретение знаний об организации и основных функциональных обязанностях судей по основным видам лёгкоатлетической программы.

Учебное задание. Составьте программу соревнований по легкой атлетике в общеобразовательной школе:

- определите способ организации соревнований с учетом возрастно-половых особенностей, уровнем физической подготовленности;

- расскажите правила соревнований по легкой атлетике, состав судейской коллегии;
- какое будите использовать спортивное оборудование и инвентарь для проведения соревнований;
- техника безопасности во время проведения соревнований.

2.2. Тестовое задание №1

Текст задания: Тестовые вопросы для проверки знаний по учебной дисциплине Легкая атлетика с методикой преподавания

1 Какая из задач урока является не основной?

1. Образовательная.
2. Воспитательная.
3. Просветительная.
4. Оздоровительная.

2 Назовите основную задачу уроков легкой атлетики в общеобразовательной школе:

1. Повышение спортивного мастерства.
2. Приобретение специальных знаний, умений и навыков.
3. Повышение физической подготовленности занимающихся посредством легкоатлетических упражнений.
4. Активный отдых.

3 Выделите основное правило техники безопасности на занятиях легко атлетикой:

1. Нагрузка должна соответствовать подготовленности занимающихся.
2. Нагрузка должна соответствовать программе обучения.
3. Нагрузка должна соответствовать подготовленности и состоянию здоровья занимающихся.
4. Нагрузка должна соответствовать состоянию здоровья занимающихся.

4 Определите основное правило техники безопасности на занятиях прыжками

1. Места приземления должны соответствовать правилам соревнований.
2. Места приземления должны соответствовать возрасту занимающихся.
3. Места приземления должны соответствовать подготовленности занимающихся.
4. Места приземления должны соответствовать рангу соревнований.

5 Найдите основное правило техники безопасности на занятиях метаниями

1. При выполнении бросков занимающиеся должны находится в двух шеренгах.
2. При выполнении бросков занимающиеся должны находится в колонне по одному.
3. При выполнении бросков занимающиеся должны находится в одной шеренге.
4. При выполнении бросков занимающиеся должны находится напротив друг друга.

6 Какая из задач не является задачей подготовительной части занятия?

1. Развитие силовых качеств.
2. Усиление обмена веществ.
3. Привлечение внимания занимающихся к предстоящей деятельности.
4. Специальная подготовка к выполнению упражнений.

7 Исключите из средств подготовительной части занятия ненужное средство.

1. Разъяснение задач и содержания занятия.
2. Общеразвивающие упражнения.
3. Соревновательные упражнения.
4. Разновидности бега.

8 **Какое средство не относится к разновидностям бега?**

1. Бег с высоким подниманием бедра.

2. Бег скрестным шагом.
3. Бег спиной вперед.
4. С поворотами.

9 Какое упражнение не являются специальными упражнениями бегуна?

1. «Колесо».
2. Семенящий бег.
3. Прыжки в шаге.
4. Прыжки в шаге через шаг.

10 К каким упражнениям по структуре движения относится спортивная ходьба?

1. Циклическим.
2. Нециклическим.
3. Ациклическим.
4. Локомотивным.

11. К какой группе легкоатлетических упражнений по развитию физических качеств относится спортивная ходьба?

1. Скоростной выносливости.
2. Силовым.
3. Выносливости.
4. Скоростно-силовым.

12 Найдите основное правило соревнований по технике спортивной ходьбы.

1. Нога должна быть выпрямлена в момент остановки.
2. Нога должна быть выпрямлена в момент отрыва.
3. Нога должна быть выпрямлена в момент вертикали.
4. Нога должна быть выпрямлена в момент отталкивания.

13. К какой задаче обучения относится средство-ходьба скрестным шагом правым и левым боком вперед с фиксированными руками?

1. Обучение отталкиванию
2. Обучение постановке ноги.
3. Обучение повороту таза.

14 По какому признаку классифицируются виды легкой атлетики?

1. По интенсивности выполнения упражнения.
2. По виду деятельности.
3. По длительности выполнения упражнения
4. По длительности отдыха между упражнениями.

15 Какой вид деятельности относится к циклическим видам легкой атлетики?

1. Бег на средние дистанции.
2. Бег с препятствиями.
3. Десятиборье.
4. Тройной прыжок.

16 Назовите комплексный вид легкой атлетики.

1. Барьерный бег.
2. Прыжок с шестом.
3. Метание копья.
4. Десятиборье.

17 Выберите бег на среднюю дистанцию.

1. 400 метров.
2. 800 метров.
3. 200 метров.
4. 5000 метров.

18. Какие виды легкой атлетики входили в программу Олимпийских игр древности?
а) марафонский бег, прыжки в длину, прыжки в высоту, бег на короткую дистанцию;

б) бег на короткую дистанцию, прыжки в высоту, толкание ядра, метание копья;
в) бег на короткую дистанцию, прыжки в длину, метание диска, метание копья;
г) марафонский бег, бег на короткую дистанцию, прыжки в длину, толкание ядра.

19. В каком году и где российские легкоатлеты впервые приняли участие в Олимпийских играх?
а) 1908 г.– Лондон;
б) 1912 г.- Стокгольм;
в) 1920 г.-Антверпен;
г) 1952 г.- Хельсинки.

20. Назовите расстояние между барьерами на дистанциях 110 м (мужчины) и 100 м (женщины)?
а) соответственно 9,14 м и 8,50 м;
б) соответственно 0,91 м и 0,84 м;
в) соответственно 8,50 м и 13,72 м;
г) все ответы неверные.

21. Для чего в судействе прыжков используется желтый флажок?
а) при судействе прыжков не используется;
б) для сообщения зрителям об установлении рекорда;
в) для сообщения о том, что начался отсчет оставшихся 15 секунд на попытку;
г) для сообщения о том, что был заступ.

22. Перед началом выполнения попытки ядро…
а) должно касаться или быть зафиксировано у шеи или подбородка;
б) произвольно держится одной рукой;
в) можно отвести за линию плеч для увеличения пути разгона снаряда;
г) можно прижать к шее двумя руками.

23. В каких случаях стартер показывает зеленую карточку?
а) когда фальстарт совершили одновременно двое и более участников;
б) когда фальстарт произошел не по вине участников;
в) если участник затягивает время выполнения стартовых команд;
г) зеленой карточки не предусмотрено в правилах.

24. Снаряд для толкания ядра должен быть…
а) только цельным;
б) цельным или с наполнением;
в) может быть полым внутри, но его вес не должен превышать допустимого;
г) удобным для участников.

25. Если спортсмен бежит на финишной прямой не по своей дорожке, однако при этом никому из соперников не создает помехи и не получает никакого преимущества, то он:
а) будет дисквалифицирован;
б) не будет дисквалифицирован;
в) будет предупрежден желтой карточкой;
г) будет предупрежден зеленой карточкой.

26. При выполнении тройного прыжка последовательно выполняются следующие фазы
а) скачок – шаг – прыжок;
б) шаг – скачок – прыжок;
в) скачок – скачок – прыжок;
г) шаг – шаг – прыжок.

27. В разбеге последний шаг должен быть…
а) короче предпоследнего;
б) длиннее предпоследнего;
в) самым длинным;
г) длина шагов в конце разбега примерно одинаковая.

28. Какого способа прыжка в длину не существует?
а) согнув ноги;
б) прогнувшись;
в) ножницы;
г) согнувшись.

29. При метании копья спортсмен осуществляет следующие, последовательно выполняемые фазы…
а) разбег с отведением снаряда – торможение перед планкой – финальное усилие;
б) разбег с отведением снаряда – финальное усилие – торможение перед планкой;
в) разбег – торможение перед планкой – отведение снаряда – финальное усилие;
г) отведение снаряда – поворот – финальное усилие – торможение перед планкой.

26. Основной фазой в метании копья является …
а) разбег с отведением снаряда;
б) финальное усилие;
в) отведение снаряда;
г) полет снаряда.

27. Какой старт осваивают при обучении бегу на средние дистанции?
а) низкий;
б) из полуприседа;
в) высокий;
г) с хода.

28. При обучении технике прыжков в длину какая фаза изучается раньше?
а) разбег;
б) отталкивание;
в) полет;
г) приземление.

29. Какая задача при обучении технике прыжков в длину решается предпоследней из перечисленных?
а) научить технике отталкивания в сочетании с полетом в шаге;
б) научить технике приземления;
в) проверить умение выполнять прыжок в длину с произвольного разбега;
г) совершенствовать технику прыжка в целом со среднего разбега.

30. В методике обучения бегу на длинные дистанции основным средством из ниже перечисленных является …

а) повторное пробегание коротких беговых отрезков;
б) кроссовый бег;
в) прыжковые упражнения;
г) бег в гору и под гору.

31. С какой задачи следует начинать обучение технике толкания ядра?
а) обучать финальному усилию;
б) обучать держанию снаряда;
в) обучать скачку;
г) обучать выпускать снаряд.

32. При обучении финальному усилию в метании гранаты нет смысла использовать
а) имитацию без снаряда;
б) имитацию со снарядом;
в) метание облегченного снаряда, стоя лицом к направлению броска;
г) метание соревновательного снаряда, стоя спиной к направлению броска.

Время на выполнение: 30 мин.
Критерии оценки выполнения тестового задания. Правильных ответов: 90% и более-«отлично»; 70%--89%-«хорошо»; 50-69% - «уд»

3. КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Контрольные упражнения по уровню развития двигательной подготовленности студентов 2-го курса

Практическое выполнение, объяснение техники и методики обучения легкоатлетических упражнений.

Виды легкой атлетики	юноши			девушки		
	высок.	сред.	низк.	высок.	сред.	низк.
1. Спортивная ходьба (юн.-1.5 км; д-1 км)	Оценка техники			Оценка техники		
2. Бег на короткие дистанции 30 м с н/ст. 100 м с в/ст. 200 м -(в условиях мини-стадиона)	 4.5 13.3 28.0	 4.7 13.7 29.5	 5.0 14.6 32.0	 4.9 16.3 32.0	 5.2 17.0 34.0	 5.6 18.0 37.0
3. Кросс 1000 м 2000 м	7.30	8.00	9.30	4.30	5.00	6.00
4. Прыжки в высоту сп. «перешагивание»	135	130	120	120	115	110
5. Прыжки в длину сп. «согнув ноги» и сп. «прогнувшись»	4.80	4.60	4.30	3.80	3.60	3.30
6. Метание гранаты с разбега (ю.700 гр; д.500 гр)	37 м	33 м	27м	22 м	17 м	12 м

3. 2. Контрольные упражнения по уровню развития двигательной полготовности студентов 3-го курса

Практическое выполнение, объяснение техники и методики обучения изученных легкоатлетических упражнений

Вид легкой атлетики	юноши			девушки		
	Выс.	Ср.	Низк.	Выс.	Средн.	Низк.
1. 30м (со стартовых колодок)	4.3	4.5	4.9	4.8	5.1	5.6
2. Бег 300м						
3. Кросс 1000м 2000 м	7.30	8.00	9.30	4.30	4.50	5.30
4. Эстафетный бег 4*80	Оценка техники			Оценка техники		
5. Толкание ядра (д-3кг; юн-6кг)	8	7	6	7	6	5
6. Тройной прыжок с разбега	10.5м	9м	8м	8.5м	7.5м	6м
7. Метание копья с разбега	25	20	15	20	15	10
8.Прыжки в высоту сп. «фосбюри-флоп»	140	135	120	125	120	110

3.3. Контрольные упражнения по уровню развития двигательной подготовленности студентов 4-го курса

Практическое выполнение, объяснение техники и методики обучения изученных легкоатлетических упражнений.

Виды легкой атлетики	юноши			девушки		
	высок.	сред.	низк.	высок.	сред.	низк.
1. Кросс 1000м 2000 м	7.00	8.00	9.00	4.30	4.50	6.00
2. Бег 100м						
3. Барьерный бег (30 м) д – h – 76.2 р – 7.50 ю– h – 91.4 р – 8.50	Оценка техники			Оценка техники		

3.4. *Тематика* вопросов по технике и методике обучения видам легкой атлетики .

Тема 1. Техника и методика обучения спортивной ходьбы.

1. Периоды, фазы и моменты спортивной ходьбы (с/х).
2. Правила соревнований, определяющих технику с/х.
3. Факторы, влияющие на скорость ходьбы.
4. Отличие с/х от обычной и от бега.
5. Упражнения, применяемые для обучения технике с/х.
6. Основные ошибки в технике спортивной ходьбы, методы устранения.

Тема 2. Техника и методика обучения бегу на короткие дистанции.
1. Фазы бега на короткие дистанции.
2. Основные параметры техники бега по дистанции.
3. Техника старта и стартового разбега.
4. Основные способы финиширования.
5. Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции, методы устранения.
6. Последовательность обучения фазам бега.
7. Методика обучения фазам бега на короткие дистанции.
8. Особенности техники бега на 200 и 400 метров.
9. Факторы, влияющие на скорость бега.

Тема 3. Техника и методика обучения эстафетному бегу.
1. Правила соревнований, определяющие технику передачи эстафеты.
2. Способы передачи эстафеты.
3. Старт в эстафетном беге.
4. Исходное положение и местонахождение принимающего эстафету, момент начала разбега.
5. Особенности прохождения каждого этапа.
6. Упражнения для обучения передаче палочки.
7. Методика подготовки эстафетной команды.
8. Тактика расстановки спортсменов по этапам.

Тема 4. Техника и методика обучения прыжка в длину способом «согнув ноги», «прогнувшись».
1. Факторы, влияющие на результат в прыжках.
2. Фазы прыжка в длину.
3. Назначение фаз прыжка.
4. Техника выполнения разбега, отталкивания, полета и приземления.
5. Методы и средства обучения фазам прыжка в длину.
6. Особенности выполнения прыжка в целом.

Тема 5. Техника и методика обучения прыжка в высоту способом «перешагивание», «фосбери-флоп».
1. Факторы, влияющие на результат в прыжках в высоту.
2. Фазы прыжка в высоту.
3. Техника выполнения фаз прыжка.
4. Порядок обучения фазам в прыжках в высоту.
5. Методика обучения фазам прыжка.
6. Особенности выполнения прыжка в целом.

Тема 6. Техника и методика обучения метания гранаты (мяча), копья.
1. Факторы, влияющие на результат в метаниях.
2. Фазы метания и их назначение.
3. Техника выполнения фаз метания.
4. Последовательность работы звеньев тела в финальном усилии.
5. Методика и средства обучения технике метания гранаты (мяча).
6. Особенности выполнения метания в целом.

3.5. Демонстрация организационно-методических умений

Памятка для студента перед практическим заданием

Для оценки организационно-методических умений Вам будет предложено выполнить в условиях образовательной деятельности фрагмент учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике. В ходе выполнения задания Вы должны:

- Предъявить умение проектировать фрагмент, календарно-тематического плана на основе поурочной формулировки задач.
- Проектировать методы и способы организации учащихся, отразив знания в конспекте урока, составленного в соответствующей по форме и содержанию установленным требованиям.

Карта - экспресс оценки выполнения практического задания в форме конспекта урока и его проведения

профессиональная подготовка	**показатели оценки**	**оценка**
Предварительная подготовка	Составить конспект, соответствующий по форме и содержанию установленным требованиям	✓
	Подготавливать места занятий и инвентаря	✓
Организационные навыки	Подавать команды и распоряжения, требовать чёткого их выполнения. Владение голосом	✓
	Правильно выбирать место педагога, размещать занимающихся	✓
Методическая и спортивно-техническая подготовка	Правильно дозировать упражнения в соответствии с задачами занятия	✓
	Владеть техникой показа упражнений	✓
	Соблюдать обоснованную методическую последовательность в обучении	✓
	Добиваться устранения общих технических ошибок	✓
	Продуктивно использовать время при показе и объяснении учебного материала	✓
	Устранять индивидуальные ошибки занимающихся	✓
Навыки воспитательной работы	Использовать педагогические приёмы поощрения и порицания учеников для достижения рабочей дисциплины	✓
	Оценивать работу занимающихся	✓
Результативность занятия	Добиваться овладения учащимися схемой изучаемых упражнений по ООТ	✓
	Добиваться оптимальной моторной плотности занятия	✓
эффективность занятия		

критерии оценки – Оценки подлежат 14 показателей. Применяются баллы:

2-оптимальное проявление;

1-частичное проявление;

0-не выражено.

Эффективность занятия определяется по формуле Э = N : 28 x 100% ,

где N-сумма баллов, выявленная экспертом, 28-максимально возможная сумма баллов.

Удовлетворительный фрагмент урока-45-64%

Хороший фрагмент урока-65-83%

Отличный фрагмент урока-84-100%

Общие принципы и подходы к оценке конспекта занятия и его проведения

Оптимальным методом оценки данного этапа, может служить демонстрация обучающимся умений и знаний, позволяющая получить подтверждение его компетенции в условиях профессиональной деятельности, которые должны быть представлены на основе карты экспресс оценки.

Итоговая оценка дифференцированного зачёта выставляется с учетом

– выполнение контрольных упражнений - уровень технической и физической подготовки студентов по данной учебной дисциплине.

- проведением фрагмента учебного занятия по физической культуре 9радел легкая атлетика)

Памятка для студента перед теоретически зачётом

Для оценки освоения учебной программы и ваших компетенций Вам будет предложено выполнить задание в соответствии с выбранным билетом. Вопросы составлены таким образом, чтобы дать Вам возможность высказать собственную позицию по раскрываемым вопросам. Вам необходимо уметь подкреплять теоретические аспекты примерами из практики, руководствуясь собственным опытом проведения практических занятий при прохождения педагогической практики в школе.

Вопросы к дифференцированному зачёту по учебной дисциплине
Легкая атлетика с методикой преподавания

1. . Виды легкоатлетических упражнений (ходьба и бег), классификация и их краткая характеристика.
2. Виды легкоатлетических упражнений (метания), классификация и их краткая характеристика.
3. Этапы исторического развития легкой атлетики: древняя Греция, средние века, дореволюционная Россия, Советский период (1917-1991), современная Россия.
4. Виды легкоатлетических упражнений (прыжки), классификация и их краткая характеристика.
5. Педагогические возможности технических средств обучения, способствующих активизации познавательной деятельности на уроках легкой атлетики в ОУ различных типов.
6. Учёт возрастных особенностей учащихся начальной школы, при обучении легкоатлетическим упражнениям и воспитании физических качеств.
7. Учёт возрастных особенностей учащихся основной школы при обучении видам легкой атлетики и воспитании физических качеств.
8. Учёт возрастных особенностей учащихся средней школы при обучении видам легкой атлетики и воспитании физических качеств.
9. Анализ техники спортивной ходьбы, цикличность, фазы и периоды двойного шага.

Факторы, определяющие результативность техники в спортивной ходьбе.
10. Анализ техники бега на короткие дистанции. Фазы бега по дистанции. Факторы, определяющие результативность техники в беге на короткие дистанции.
11. Особенности техники бега на средние и длинные дистанции. Фазы и периоды двойного шага в беге. Факторы, определяющие результативность техники в данном виде бега.
12. Анализ техники барьерного бега («Атака барьера», «переход барьера», «сход с барьера»). Факторы, определяющие результативность техники в барьерном беге.
13. Анализ техники метания мяча с разбега на дальность (в фазах техники). Факторы, определяющие результативность техники в метании мяча с разбега на дальность.
14. Анализ техники метания гранаты с разбега на дальность (в фазах техники). Факторы, определяющие результативность техники в данном виде метаний.
15. Анализ техники эстафетного бега. Способ несения эстафетной палочки. Последовательность передачи-приёма эстафетной палочки в зоне передач. Факторы, определяющие результативность техники эстафетного бега.
16. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» и «прогнувшись» (в фазах техники). Факторы, определяющие результативность техники в данном виде легкой атлетики.
17. Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» (в фазах техники). Факторы, определяющие результативность техники в данном виде прыжков.
18. Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «фосбери-флоп» (в фазах техники). Факторы, определяющие результативность техники в данном виде прыжков.
19. Анализ техники толкания ядра (в фазах техники). Факторы, определяющие результативность техники в данном виде легкой атлетики.
20. Анализ техники метания копья (в фазах техники). Факторы, определяющие результативность техники в метании копья.
21. Методика обучения спортивной ходьбе. Особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении спортивной ходьбе.
22. Методика обучения бегу на короткие дистанции. Особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении бегу на короткие дистанции.
23. Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции. Особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении бегу на средние и длинные дистанции.
24. Методика обучения барьерному бегу. Особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении барьерному бегу.
25. Методика обучения метанию мяча с разбега на дальность. Особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении метанию мяча с разбега на дальность.
26. Методика обучения метанию гранаты с разбега на дальность. Особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении метанию гранаты с разбега на дальность.
27. Методика обучения прыжкам в высоту с разбега способом «перешагивание». Особенности в реализации средств, методов и форм организации при обучении прыжкам в высоту с разбега способом «перешагивание».
28. Методика обучения прыжкам в высоту с разбега способом «фосбери-флоп». Особенности в реализации средств, методов и форм организации при обучении прыжкам в высоту с разбега способом «фосбери-флоп».
29. Методика обучения толканию ядра. Характерные особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении толканию ядра.
30. Методика обучения метанию копья. Характерные особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении метанию копья.
31. Методика обучения прыжкам в длину с разбега способом « согнув ноги» и «прогнувшись». Характерные особенности в реализации средств, методов и форм

организации занятий при обучении прыжкам в длину с разбега.
32. Методика обучения эстафетному бегу. Характерные особенности в реализации средств, методов и форм организации занятий при обучении эстафетному бегу.
33. Технология проведения тестирования уровня физической подготовленности учащихся на занятиях лёгкой атлетикой, в начальной, основной и средней школы (ступень школы по выбору студента).
34. Технология оценки качества выполненного двигательного действия при обучении видам лёгкой атлетики (вид лёгкой атлетики по выбору студента).
35. Какие средства и методы необходимо использовать при проведении комплексов упражнений на развитие основных физических качеств детей младшего школьного возраста на занятиях лёгкой атлетикой? Обоснуйте Ваш выбор средств, при составлении комплекса упражнений на развитие физических качеств (физические качества выбору студента).
36. Проектировочная деятельность учителя. Этапы педагогического проектирования. Основные документы планирования и их краткая характеристика.
37. Возможности индивидуальных (домашних) заданий, с целью повышения уровня физической подготовленности школьников. Основные подходы к содержанию, объёму и интенсивности физических упражнений в системе индивидуальных (домашних) заданий.
38. Какие средства и методы необходимо использовать при проведении комплексов упражнений на развитие основных физических качеств детей среднего школьного возраста на занятиях лёгкой атлетикой? Обоснуйте Ваш выбор средств, при составлении комплекса упражнений на развитие физических качеств (физические качества выбору студента).
39. Личностно-ориентированый подход в обучении легкоатлетическим упражнениям.
40. Какие средства и методы необходимо использовать при проведении комплексов упражнений на развитие основных физических качеств детей старшего школьного возраста на занятиях лёгкой атлетикой? Обоснуйте Ваш выбор средств, при составлении комплекса упражнений на развитие физических качеств (физические качества выбору студента).

Критерии оценки устного ответа студента

«5» – выставляется за ответ, в котором студент демонстрирует глубокое понимание сущности материла, логично его излагает, используя примеры практики, своего опыта.

«4» – ставится за ответ, в котором содержится небольшие неточности и незначительные ошибки.

«3» - учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использования знания в своем опыте.

«2» - отсутствие знаний по изученной дисциплине.