

Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ/ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОП.14 Основы гимнастики и лёгкой атлетики

Специальность

44.02.02 Преподавание в начальных классах

Москва
2022

1.Паспорт фонда оценочных средств по ОП.14 Основы гимнастики и лёгкой атлетики.

№ № п/п	Содержание раздела (тема занятия)	Код, наименование компетенции	Содержание компетенции	Наименование трудового действия	Оценочные средства
1.	Основы гимнастики	ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Знать: - специфику будущей профессии;	Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта, начального общего образования.	практическое задание, презентация, тестирование
1.1.	История возникновения и развития гимнастики.	ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	- теоретические основы различных видов физкультурно-спортивной деятельности;	Развитие познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей.	
1.2.	Виды гимнастики. Гимнастическая терминология.	ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	- основы техники безопасности на занятиях различными видами физкультурно-спортивной деятельности;	Формирование универсальных учебных действий.	
1.3.	Строевые упражнения.	ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	- теоретические основы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, связанных с информационными технологиями;	Формирование навыков, связанных	
1.4.	Общеразвивающие упражнения без предметов.	ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные	- формы и методы дальнейшего методического совершенствования в области физкультурно-спортивной деятельности;		
1.5.	Общеразвив-		- основные направления		

1.6.	ающие упражнения с предметами.	технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	физкультурно-спортивной деятельности;	с информационно-коммуникационным и технологиями (далее - ИКТ).
1.7.	Акробатические упражнения.	ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами	- принципы подбора упражнений по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;	
1.8.	Лазание и перелезание.	ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса	- примерные основные образовательные программы начального общего образования, программы и учебно-методические комплекты, необходимые для осуществления образовательного процесса по основным образовательным программам начального общего образования;	
1.9.	Упражнения для формирования правильной осанки.	ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- методы и приемы развития мотивации учебно-познавательной деятельности в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности	
2.	Подвижные игры на занятиях гимнастикой	ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены	- методы и методики педагогического контроля результатов в физкультурно-спортивной деятельности	
2.1.	Основы легкой атлетики.			
2.2.	История становления и		Уметь:	

<p>2.3. Основы техники беговых упражнений.</p> <p>2.4. Техника бега на короткие дистанции.</p> <p>2.5. Основы техники челночного бега.</p> <p>2.6. Основы техники прыжковых упражнений, прыжка в длину с места.</p> <p>2.7. Основы техники метаний.</p> <p>Подвижные</p>	<p>развития легкой атлетики.</p>	<p>технологий</p> <p>ОК.10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей</p> <p>ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.</p> <p>ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать уроки.</p> <p>ПК 1.2. Проводить уроки.</p> <p>ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.</p> <p>ПК 1.4 Анализировать уроки.</p> <p>ПК 1.5 Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения по образовательным программам начального общего образования.</p> <p>ПК 2.1 Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения</p> <p>планировать внеурочные занятия.</p> <p>ПК 2.2 Проводить</p>	<p>- использовать базовые виды физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья, достижения профессиональных целей;</p> <p>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</p> <p>- соблюдать технику безопасности на занятиях по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- планировать и проводить занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- использовать технические средства обучения (ТСО);</p> <p>- осуществлять отбор контрольно-измерительных материалов, форм и методов диагностики результатов обучения в физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к</p>		
--	----------------------------------	--	--	--	--

<p>игры и эстафеты на занятиях легкой атлетикой.</p>	<p>внеурочные занятия. ПК 2.3 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 2.4 Анализировать процесс и результаты внеурочной деятельности и отдельных занятий. ПК 2.5 Вести документацию, обеспечивающую организацию внеурочной деятельности и общения обучающихся. ПК 4.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных</p>	<p>базовым видам физкультурно-спортивной деятельности. Иметь практический опыт: анализа учебно-тематических планов и процесса обучения по физкультурно-спортивной деятельности; определения цели и задач, планирования и проведения занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; наблюдения, анализа и самоанализа занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности; ведения учебной документации.</p>		
--	---	--	--	--

	<p>обучающихся.</p> <p>ПК 4.2. Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.</p> <p>ПК 4.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального общего образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа деятельности других педагогов.</p> <p>ПК 4.4. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.</p> <p>ПК 4.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области начального общего образования.</p>			
--	---	--	--	--

2. Методические материалы, определяющие процедуры и критерии оценивания результатов обучения по междисциплинарному курсу «Основы гимнастики и легкой атлетики»

Оценка качества освоения программы общепрофессиональной дисциплины осуществляется посредством текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения общепрофессиональной дисциплины. Промежуточная аттестация обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по общепрофессиональной дисциплине.

Формы, системы оценивания, порядок проведения промежуточной аттестации, а также ее периодичность устанавливаются локальными нормативными актами организации.

Критерии и показатели оценки результатов

Критерии оценки средств текущего контроля для проверки знаний, составляющей компетенций, формируемых в ОП.14 Основы гимнастики и легкой атлетики.

Оценочное средство – **устный опрос.**

Критерии оценки устного ответа во время опроса:

Критерии	Показатели	Шкала оценивания
Степень раскрытия материала	Обучающиеся продемонстрировали, что усвояемый материал понят (приводились доводы, объяснения, доказывающие это)	0 - 1 балл
	Обучающиеся постигли смысл изучаемого материала (могут высказать вербально, четко и ясно, или конструировать новый смысл, новую позицию)	0 - 2 балла
	Обучающиеся могут согласовать свою позицию или действия относительно обсуждаемой проблемы	0 - 2 балла

Пояснения: 0-2 баллов – неудовлетворительно;

3 балла – удовлетворительно;

4 балла – хорошо;

5 баллов – отлично.

Критерии оценки средств текущего контроля для проверки знаний, составляющей компетенций, формируемых в ОП.14 Основы гимнастики и легкой атлетики

Оценочное средство - **презентация.**

Критерии оценки презентации:

Критерии	Показатели	Шкала оценивания
Оформление и содержание презентации	<ul style="list-style-type: none"> - количество слайдов (не менее 10); - титульный лист с заголовком; - корректность текста; - вставка графиков, таблиц, картинок; - использование дополнительных эффектов; - дизайн (цветовая гамма, шрифт) 	5 баллов
	<ul style="list-style-type: none"> - выполнены требования к оценке «отлично», но допущена ошибка в последовательности слайдов 	4 балла
	<ul style="list-style-type: none"> - отсутствие иллюстрации; - большое количество текста 	3 балла
	<ul style="list-style-type: none"> - тема не раскрыта; объем презентации менее 10 слайдов 	2 балла

Пояснения: 0-2 баллов – неудовлетворительно;

3 балла – удовлетворительно;

4 балла – хорошо;

5 баллов – отлично.

Критерии оценки средств текущего контроля для проверки практической составляющей компетенций, формируемых в ОП.14 Основы гимнастики и легкой атлетики.

Оценочное средство – **практическое задание.**

Критерии оценки практического задания:

Критерии	Показатели	Шкала оценивания
Техника базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	<p>Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; студент понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать</p>	5 баллов
	<p>При выполнении студент действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.</p>	4 балла
	<p>Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности.</p>	3 балла

	<p>Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка</p>	
--	---	--

Пояснения: 0-2 баллов – неудовлетворительно;
3 балла – удовлетворительно;
4 балла – хорошо;
5 баллов – отлично.

Оценочное средство – **практическое задание.**
Критерии оценки практического задания:

Критерии	Показатели	Шкала оценивания
<p>Разработка и проведение фрагмента урока (комплекс общеразвивающих упражнений)</p>	<p>Комплекс составлен из 10 упражнений; учитывается анатомическая последовательность, дозировка; зеркальный показ; правильная подача команд.</p>	5 баллов
	<p>При выполнении студент действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.</p>	4 балла
		3 балла
	<p>Допущено несколько</p>	2 балла

	грубых ошибок.	
	Допущено более трех грубых ошибок.	

Пояснения: 0-2 баллов – неудовлетворительно;

3 балла – удовлетворительно;

4 балла – хорошо;

5 баллов – отлично.

Итоговая аттестация по дисциплине - Зачет

Зачет - форма промежуточной аттестации, в результате которого обучающийся получает «зачтено» или «не зачтено».

При определении уровня достижений обучающихся на зачете необходимо обращать особое внимание на следующее:

тематическую грамотность, логичность и доказательность в процессе изложения материала при ответе на поставленный вопрос или решения учебной задачи; точность и целесообразность использования терминологии, и знание техники безопасности.

Критерии оценивания ответа студента на зачете:

Основой для определения оценки на зачете служит объём и уровень усвоения студентами материала, предусмотренного рабочей программой соответствующей дисциплины, а также качество выполнения тестирования:

Критерии оценивания	Шкала оценивания
Обучающийся выполнил тестирование в полном объеме и не допустил ошибок.	5 баллов
Обучающийся выполнил тестирование в полном объеме, но допустил не более 2 ошибок.	4 балла
Обучающийся выполнил тестирование в полном объеме, но допустил от 2 до 5 ошибок.	3 балла
Обучающийся выполнил тестирование в полном объеме, но допустил более 5 ошибок или выполнил в неполном объеме.	0-2 балла

Пояснения: 0-2 баллов – неудовлетворительно;

3 балла – удовлетворительно;

4 балла – хорошо;

5 баллов – отлично.

4. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе их формирования

Текущий контроль успеваемости
Оценочное средство – собеседование
Примерная тематика вопросов:

1. Назовите виды строевых упражнений?
2. Дайте определение виду строя – шеренга?
3. Дайте определение виду строя – колонна?
4. Перечислите повороты на месте?
5. Какие команды подаются при размыкании и смыкании?
6. Назовите виды перестроений?
7. Роль беговых упражнений на занятиях легкой атлетики?
8. Перечислите основные фазы техника бега на короткие дистанции?
9. Объясните технику прыжка в длину с места?
10. Назовите виды метания в легкой атлетике?

Оценочное средство – презентация

Примерные темы:

1. История возникновения и последующего развития избранного вида спорта (легкой атлетики, гимнастики) в России.
2. Правила использования спортивного инвентаря и оборудования, подготовки мест занятий.
3. Техника безопасности на занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности.
4. Роль общеразвивающих упражнений.
5. Основы техники бега на короткие дистанции.
6. Двигательная активность и здоровье человека.
7. Беговые упражнения и их значение.
8. Основные способы и средства обучения базовым видам физкультурно - спортивной деятельности.
9. Возрастные особенности развития основных физических качеств.
10. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий.

Оценочное средство – практическое задание:

Примерный комплекс упражнений:

- 1) И.п.-основная стойка (далее о.с)

- 1- руки вперед (далее рр), наклон головы вперед
 - 2- и.п.
 - 3- рр в стороны, наклон головы назад
 - 4- и.п
- 2) И.п- ст. рр к плечам
- 1-4 круговые вращения вперед
 - 5-8 назад
- 3) И.п- ст. ноги (далее нн) врозь, руки перед грудью
- 1- поворот туловища направо, рр в стороны
 - 2- и.п.
 - 3- поворот туловища налево, рр в стороны
 - 4- и.п
- 4) И.п- ст. рр за голову
- 1- отставляя правую в сторону на носок, наклон туловища вправо
 - 2- и.п
 - 3- отставляя левую в сторону на носок, наклон туловища влево
 - 4- и.п
- 5) И.п.- ст. рр на пояс
- 1- выпад правой вперед
 - 2- и.п
 - 3- выпад левой вперед
 - 4- и.п
- 6) И.п- ст. рр в стороны
- 1 – мах правой вперед, хлопок под ногой
 - 2- и.п
 - 3- мах левой вперед, хлопок под ногой
 - 5- и.п
- 7) И.п- о.с
- 1- упор стоя
 - 2- уор присев
 - 3- упор стоя
 - 4- и.п
- 8) И.п- широкая ст.нн врозь, рр на пояс
- 1- полуприсед на правой, рр вперед
 - 2- и.п
 - 3- полуприсед на левой, рр вперед

- 4- и.п
- 9) И.п- ст.нн врозь, рр на пояс
- 1- подняться на носки
- 2- опуститься
- 3- пережат на пятки
- 4- и.п
- 10) И.п.-о.с
- 1- прыжок в ст.нн врозь, рр в стороны
- 2- и.п
- 3- прыжок в ст. нн врозь, рр вверх
- 4- и.п

Оценочное средство – тестирование

Примерная тематика вопросов:

1. Общая характеристика и виды гимнастики.
2. Техника безопасности на занятиях по гимнастике.
3. Виды строя.
4. Повороты на месте.
5. Размыкание и смыкание.
6. Команды при построении и перестроениях.
7. Основные исходные положения.
8. Последовательность выполнения общеразвивающих упражнений.
9. Команды при проведении общеразвивающих упражнений.
10. Основы техники акробатических упражнений.
11. Понятие и виды физических качеств.
12. Упражнения с предметами. Характеристика.
13. Классификация видов легкой атлетики.
14. Беговые упражнения.
15. Основы техника бега на короткие дистанции. Значение старта, стартового разгона, бега по дистанции и финиширования.
16. Основные фазы прыжка в длину с места.
17. Основы техники метания мяча.
18. Основы техники челночного бега.
19. Характеристика базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в начальной школе.
20. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике.

Приложение**Тестовые задания****Вариант – 1**

- 1) После какой команды принимается положение основной стойки?
укажите правильный вариант ответа:
 - 1- «Разойдись!»
 - 2- «Смирно!»
 - 3- «Вольно!»
 - 4- «Отставить!»

- 2) По команде "Равняйсь", поворот головы осуществляется.....?
дополните высказывание:

- 3) Строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии называется?
дополните определение:

- 4) Как называется расстояние между занимающимися в колонне?
укажите правильный вариант ответа:
 - 1- расстояние
 - 2- дистанция
 - 3- уступ
 - 4- интервал

- 5) По команде « Шагом,» начинается передвижение колонны?
дополните высказывание:

- 6) Занимающийся, двигающийся в указанном направлении первым в колонне называется.....?
дополните определение:

- 7) Назовите правильную команду для начала общеразвивающих упражнений ?
укажите правильный вариант ответа:
 - 1- «начинаем делать»
 - 2- «к выполнению приступить»
 - 3- «упражнение начинай»
 - 4- «начинай»

- 8) Обруч, скакалка, булавы, лента относятся к гимнастике ?
дополните высказывание:
- 9) Гимнастика развивает физическое качество.....?
дополните высказывание:
- 10) При выполнении команды "Вольно!", ученик...
укажите правильный вариант ответа:
1- встать свободно, но не сходить с места
2- должен встать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать
3- выйти из строя и прыгать
4- выполнить поворот кругом
- 11) Укажите название стойки, при которой опора производится лопатками, шеей, затылком и локтями.
укажите правильный вариант ответа:
1- стойка на голове и руках
2- стойка на лопатках
3- стойка на руках
4- стойка на носках
- 12) Какой вид спорта называют "Королевой"?
укажите правильный вариант ответа:
1- спортивная гимнастика
2- фигурное катание
3- синхронное плавание
4- легкая атлетика
- 13) Как называется "быстрый бег"?
укажите правильный вариант ответа:
1- спринтерский
2- эстафетный бег
3- стайерский
4- разминочный бег
- 14) Участнику в соревнованиях по прыжкам в длину дается попытки ?
дополните высказывание:

- 15) Какой из перечисленных видов не является легкоатлетическим?
укажите правильный вариант ответа:
1- марафонский бег
2- фристайл
3- эстафетный бег
4- метание копья
- 16) Какая дистанция челночного бега используется при приеме нормативов ГТО?
укажите правильный вариант ответа:
1) 3x10 метров
2) 10x3 метра
3) 3x9 метров
4) 5x10 метров
- 17) Олимпийский вид спорта, включающий бег, ходьбу, прыжки и метания называется?
дополните определение:
- 18) Что делают с ядром в лёгкой атлетике?
укажите правильный вариант ответа:
1- бросают
2- толкают
3- метают
4- кидают
- 19) Начало движения атлета раньше выстрела стартового пистолета называется.....?
дополните определение:
- 20) При беге на короткие дистанции развивается физическое качество.....?
дополните высказывание:

Ключи к тестовым заданиям

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2	направ о	шеренга	2	марш	на пра вляю щий	3	худо жестве н ной	гибкость	2
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
2	4	1	3	2	1	легкой атле тикой	2	фальстарт	быс тро та

Вариант- 2

- 1) По команде ".....!" класс становится в одну шеренгу?
дополните высказывание:
- 2) Расстояние между занимающимися в шеренге называется?
дополните определение:
- 3) Изменение строя или размещения занимающихся называется?
укажите правильный вариант ответа:
 - 1- перестроение
 - 2- разведение
 - 3- смыкание
 - 4- размыкание
- 4) Занимающийся, двигающийся в указанном направлении последним в колонне называется?
дополните определение:
- 5) Строй, в котором учащиеся расположены в затылок друг друга, называется.....?
дополните определение:
- 6) Поворот "налево" осуществляется ...?
укажите правильный вариант ответа:
 - 1- в сторону левой руки на левой пятке и на правом носке
 - 2- прыжком направо

3- в сторону правой руки на правой пятке и на левом носке

4- в сторону левой руки на левом носке и правой пятке

7) С упражнений на какие группы мышц начинаются общеразвивающие упражнения на месте?

укажите правильный вариант ответа:

1- с мышц ног – приседания и махи ногами

2- с мышц спины – наклоны и круговые движения туловищем

3- с мышц рук – круговые движения в локтевых и плечевых суставах

4- с мышц шеи – наклоны и круговые движения головой

8) Наклон помогает определить уровень гибкости человека?

дополните высказывание:

9) Назовите дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре?

укажите правильный вариант ответа:

1- мост

2- дуга

3- лодочка

4- ласточка

10) Какой из разделов входит в изучение темы «Гимнастика» в начальной школе?

укажите один или несколько правильных вариантов ответа:

1- сальто

2- упражнение с лентой

3- упражнение с кольцами

4- лазание

11) Какое из данных утверждений НЕ относится к правилам ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ при занятиях легкой атлетикой и является НЕВЕРНЫМ?

укажите правильный вариант ответа:

1- снаряд для метания необходимо передавать друг другу броском.

2- при плохом самочувствии необходимо прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

3- после занятий снять спортивный костюм и спортивную обувь, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

- 4- во избежание столкновений при беге исключить резко стопорящую остановку.
- 12) «.....» спорта называют легкой атлетику?
дополните высказывание:
- 13) СПРИНТ – это бег на дистанции?
дополните определение:
- 14) Расставьте этапы в челночном беге в порядке очередности.
Расположите элементы в правильном порядке:
1- бег
2- разворот
3- старт
4- финиш
- 15) не метают в лёгкой атлетике?
дополните высказывание:
- 16) Во время бега на короткие дистанции надо бежать по дорожке?
дополните определение:
- 17) К какому виду бега относится челночный бег?
укажите правильный вариант ответа:
1- стайерский
2- марафонский
3- спринтерский
4- разминочный
- 18) Как правильно держать малый мяч при метании?
укажите правильный вариант ответа:
1- всеми пальцами руки
2- двумя руками
3- двумя руками
4- тремя пальцами
- 19) При появлении людей в секторе метания нужно...
укажите правильный вариант ответа:

- 1- прекратить метание
- 2- продолжить метания, соблюдая осторожность
- 3- не обращать на них внимание
- 4- продолжить метание

20) Каждому участнику в соревнованиях по прыжкам в длину дается попытки?

дополните высказывание:

Ключи к тестовым заданиям

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
«Становись»	интервал	1	замы кающий	колонна	1	4	вперед	1	4
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	«Коро левой»	корот кие	3124	ядро	своей	3	1	1	3