

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.10.2025
Уникальный программный ключ:
e68634da050325a9234284dd96b4f0f8b288e139

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора филиала
Шитиковым П.М.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ НОВЫМ
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ВИДАМ СПОРТА

для обучающихся по направлению подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
профили подготовки
Физическая культура; безопасность жизнедеятельности
формы обучения очная, заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

| № п/п | Темы дисциплины в ходе текущего контроля, вид промежуточной аттестации | Код и содержание компетенции | Оценочные материалы |
|-------|---|--|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Методика обучения настольному теннису | УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | Конспект, технический норматив, посещение занятий, Вопросы к зачету |
| 2. | Методика обучения оздоровительным видам плавания | ОПК-3 Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми | Конспект, технический норматив, посещение занятий, Вопросы к зачету |
| 3. | Методика обучения массовым видам гимнастики | образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. | Конспект, технический норматив, посещение занятий, Вопросы к зачету |
| 4. | Методика обучения тэг-регби | УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | Конспект, технический норматив, посещение занятий, Вопросы к зачету |
| | Дифференцированный зачет (5, 6 семестры очная форма обучения 7, 8 семестры заочная форма обучения) | ОПК-3 Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. | Вопросы к зачету |

2. Оценочные средства

Конспектирование материала по зачетным и экзаменационным вопросам (0-40 баллов). Конспектирование учебно-методических и научных работ по вопросам зачета предполагает работу с литературными источниками, интернет ресурсами, их самостоятельное прочтение для подготовки к сдаче теоретического зачета. Конспектирование работ выполняется письменно, без использования текстовых редакторов. К критериям оценивания выполненного конспекта относятся логичность, полнота, лаконичность. Возможно использование опорных конспектов.

Технические нормативы (0-5 баллов).

Обучающиеся в каждом семестре сдают технические нормативы по изучаемому виду спорта.

Посещение практических занятий (0-3 балла). Обучающиеся посещают практическое занятие, демонстрируют методические навыки технических приемов изучаемого вида спорта.

Дифференцированный зачет Критерии оценки: полнота, логичность, доказательность, самостоятельность суждений, владение терминами и понятиями, использование современной нормативной базы по организации образовательного процесса.

5 баллов - в ответе отражены основные концепции и теории по данному вопросу, проведен их критический анализ и сопоставление, описанные теоретические положения иллюстрируются практическими примерами. Обучающимся формулируется и обосновывается собственная точка зрения, материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов.

4 балла – при ответе обучающийся испытывает затруднения в аргументации представленных положений. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов.

3 балла – в ответе отражены лишь некоторые современные концепции и теории по данному вопросу, анализ и сопоставление этих теорий не проводится. У обучающегося отсутствует собственная точка зрения на заявленные проблемы. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов.

менее 3 баллов – представлены лишь отдельные компоненты содержания вопросов.

Аттестация. Для получения аттестации обучающийся за период обучения в семестре должен набрать 61 балл.

При наборе студентом более 60 баллов оценка за промежуточную аттестацию может быть выставлена автоматически согласно следующим критериям: 61-75 баллов – удовлетворительно; 76-90 баллов – хорошо; 91-100 баллов – отлично.

Студенты, набравшие по текущему контролю менее 61 балла, а также студенты не согласные с итоговой оценкой, полученной по результатам текущего контроля, сдают экзамен в устной форме. Билет для сдачи экзамена включает 2 вопроса.

| Вид аттестации | Допуск к аттестации | Экзамен (соответствие рейтинговых баллов и академических оценок) | | |
|----------------|---------------------|--|--------------|---------------|
| | | Удовлетворительно | Хорошо | Отлично |
| Экзамен | 40 баллов | 61-75 баллов | 76-90 баллов | 91-100 баллов |

3.Оценочные средства

5 семестр

Примерные вопросы к дифференцированному зачету

Настольный теннис

1. Характеристика настольного тенниса как средства физического воспитания.
2. Функции настольного тенниса: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.
3. История возникновения и развития настольного тенниса.
4. Актуальные проблемы развития настольного тенниса.
5. Размеры площадки, стола, вес и размеры мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки.

6. Отличительные особенности соревнований по круговому способу и олимпийской системе с розыгрышем всех мест.
7. Методика проведения соревнований по круговому способу и составления графика проведения очередности встреч на 8 игроков.
8. Методика проведения соревнований по олимпийской системе и составления графика проведения очередности встреч на 16 игроков.
9. Розыгрыш очка. Костюм участника.
10. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
11. Правило активизации игры (13 ударов). Одиночная встреча.
12. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
13. Судейская терминология в настольном теннисе.
14. Права и обязанности участников соревнований.
15. Состав судейской коллегии, права и обязанности судей соревнований.
16. Методика организации и проведения соревнований по настольному теннису.
17. Основные термины настольного тенниса.
18. Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий настольным теннисом.
19. Общая характеристика техники игры в настольный теннис. Особенности вращения полета и отскока мяча.
20. Классификация технических приемов в настольном теннисе.
21. Основные стили игры в настольном теннисе.
22. Тактика одиночной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.
23. Тактика парной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.
24. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.
25. Правила техники безопасности при проведении занятий настольным теннисом.
26. Особенности организации занятий настольным теннисом с различными группами населения.
27. Особенности проведения занятий по настольному теннису с различным контингентом занимающихся по месту жительства.
28. Настольный теннис как воспитательное средство физической культуры.
29. Рекреационные формы занятий настольным теннисом.
30. Настольный теннис в физкультурно-оздоровительной работе с людьми пожилого возраста.

Оздоровительные виды плавания

1. Место и значение плавания в системе физического воспитания.
2. История развития плавания в России.
3. Классификация плавания.
4. Типовая схема обучения технике плавания: этапы, задачи, средства.
5. Характеристика урока плавания (структура, продолжительность, содержание каждой части урока).
6. Организация купания и плавания в загородных летних оздоровительных лагерях.
7. Содержание и роль прикладного плавания.
8. Техника и способы оказания помощи уставшим или утопающим.
9. Виды ныряния, факторы, определяющие достижения результатов при нырянии.
10. Действия спасателя при выполнении искусственного дыхания (способ Сильвестра, способ Шеффера).

11. Правила соблюдения мер безопасности при купании.
12. Методы обучения, применяемые на занятиях плаванием, их характеристика и особенности.
13. Характеристика взаимодействия внешних и внутренних сил, возникающих при перемещении человека в водной среде.
14. Физическая подготовленность пловца, ее виды и особенности.
15. Характеристика урока по плаванию в школе. Особенности построения в зависимости от задач и возраста учащихся.
16. Планирование учебного материала по плаванию в общеобразовательной школе.
17. Анализ техники плавания способом «кроль на груди». Методика обучения. Ошибки и способы исправления.
18. Анализ техники плавания способом «кроль на спине». Методика обучения. Ошибки и способы исправления.
19. Анализ техники плавания способом «брасс». Методика обучения. Ошибки и способы исправления.
20. Анализ техники плавания способом «дельфин». Методика обучения. Ошибки и способы исправления.
21. Разновидность стартов при плавании. Методика обучения. Ошибки и способы исправления.
22. Организации и проведение соревнований по плаванию.
23. Судейская коллегия и ее обязанности.
24. Обязанности главного судьи и главного секретаря соревнований.
25. Разновидности поворотов при плавании. Методика обучения. Ошибки и способы исправления.
26. Оздоровительные свойства воды на организм человека.
27. Принципы построения оздоровительной тренировки.
28. Особенности проведения оздоровительных занятий по плаванию с девушками (женщинами).
29. Характеристика видов и средств оздоровительного плавания.
30. Противопоказания к занятиям оздоровительным плаванием. Показания и противопоказания к лечебному плаванию.

Технические нормативы по настольному теннису

| Упражнение | Оценка | | |
|---|--------|----|----|
| | 3 | 4 | 5 |
| Набивание мяча ладонной стороной ракетки (кол-во раз) | 50 | 60 | 70 |
| Набивание мяча тыльной стороной ракетки (кол-во раз) | 50 | 60 | 70 |
| Набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки (кол-во раз) | 50 | 60 | 70 |
| Игра с накатами справа по диагонали (кол-во раз без ошибок) | 6 | 8 | 10 |
| Игра с накатами слева по диагонали (кол-во раз без ошибок) | 6 | 8 | 10 |
| Выполнение подачи справа накатом в правую половину из 10 попыток (кол-во раз) | 4 | 5 | 6 |
| Выполнение подачи слева подрезкой в левую половину из 10 попыток (кол-во раз) | 4 | 5 | 6 |

Технические нормативы по оздоровительным видам плавания

| Упражнение | Оценка | | |
|--|--------|------|----|
| | 3 | 4 | 5 |
| Демонстрация техники плавания брассом (м) | 25 | 37,5 | 50 |
| Демонстрация техники плавания кролем на груди (м) | 25 | 37,5 | 50 |
| Демонстрация техники плавания кролем на спине (м) | 25 | 37,5 | 50 |
| Демонстрация техники передвижения под водой (м) | 10 | 17,5 | 25 |
| Демонстрация техники спасения утопающего (кол-во ошибок) | 2 | 1 | - |

6 семестр

Примерные вопросы к дифференцированному зачету

Массовые виды гимнастики

1. Характеристика специалиста в области массовых видов гимнастики.
2. Значение и место гимнастики в современной системе физического воспитания.
3. Методические особенности гимнастики.
4. Современная классификация гимнастики по направленности.
5. Характеристика гимнастической терминологии и ее значение.
6. Основные группы строевых упражнений.
7. Правила и формы записи упражнений.
8. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений.
9. Характеристика прикладных упражнений.
10. Характеристика общеразвивающих упражнений с предметами.
11. Общеразвивающие упражнения как средство воспитания физических качеств.
12. Общеразвивающие упражнения как средство обучения напряжению и расслаблению отдельных групп мышц.
13. Общеразвивающие упражнения как средство формирования правильной осанки.
14. Общеразвивающие упражнения как средство обучения правильному дыханию.
15. Общеразвивающие упражнения с предметами, особенности их проведения.
16. Причины травматизма на занятиях гимнастикой.
17. Функциональная музыка на уроках гимнастики с элементами ритмики.
18. Особенности занятий гимнастикой лицами среднего, пожилого и старшего возраста.
19. Методика составления физкультурминуток.
20. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
21. Методика организации и проведения массовых гимнастических выступлений.
22. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
23. Методика обучения технике одного из опорных прыжков по выбору.
24. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на параллельных брусьях.
25. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на брусьях разной высоты.
26. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на кольцах.
27. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на коне.
28. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на перекладине.
29. Методика обучения технике одного из акробатических упражнений по выбору.

30. Методика обучения технике одного из упражнений по выбору на бревне.

Тэг-регби

1. Регби, как средство физического воспитания и как вид спорта. Разновидности игры.
2. Возникновение и развитие регби в России и за рубежом.
3. Подвижные игры и игровые упражнения, используемые при обучении Регби.
4. Подготовительные упражнения к Регби на уроках физкультуры.
5. Подготовительные, специальные и подводящие упражнения, игры и эстафеты, способствующие овладению техникой игры в регби.
6. Утренняя зарядка - необходимая составная часть самостоятельной тренировки регбиста.
7. Предупреждение травматизма и оказание первой помощи на уроках физкультуры по регби.
8. Особенности проведения занятий и соревнований с учащимися различного возраста по регби.
9. Физические качества регбистов и морфофункциональные особенности.
10. Организация внеклассной работы, учебно-тренировочные занятия по регби в школе и ДЮСШ.
11. Ведение протокола в Регби, сокращенные правила по Регби.
12. Продолжительность игры, сущность игры, определение победителя, площадка, оборудование, экипировка игроков, состав команды.
13. Классификация техники игры в регби.
14. Классификация тактических действий игры в регби.
15. Взаимосвязь техники и тактики в регби.
16. Системы защиты в регби, их краткая характеристика.
17. Положение о соревнованиях по регби. Виды соревнований.
18. Состав судейской бригады в регби и их обязанности, жестикуляция и терминология в регби.

Технические нормативы по спортивной гимнастике

Вольные упражнения

Юноши

Упражнение №1

1. Равновесие на одной ноге, руки в стороны – 1,5
2. Выпрямиться, шаг вперед и поворот в сторону («колесо») – 2,5
3. Поворот на 90° плечом вперед и кувырок вперед в упор присев ноги скрестно – 2,0
4. Поворот в упоре присев кругом – 1,0
5. Кувырок назад – 2,0
6. Выпрямляясь, прыжок, вверх прогнувшись – 1,0

Упражнение №2

1. Упор присев и толчком двумя стойка на голове и руках – 3,0
2. Кувырок вперед с прямыми ногами в сед – 1,5
3. Наклон вперед и перекатом назад стойка на лопатках – 3,0
4. Перекат вперед в упор присев – 1,5
5. Выпрямляясь, прыжок вверх прогнувшись ноги врозь – 1,0

Брусья

Упражнение №1

1. С прыжка наскок в упор (держать) – 1,0
2. Мах вперед, мах назад – 2,0
3. Махом вперед сед ноги врозь – 1,5
4. Перемах внутрь – 1,5
5. Мах назад – развести ноги – 1,5
6. Махом вперед соскок углом – 2,5

Упражнение №2

1. Из размахивания в упоре на предплечьях подъем махом назад – 3,5
2. Мах вперед – 1,0
3. Мах назад, мах вперед – 2,0
4. Махом назад упор присев на одной ноге, другая между жердей – 1,5
5. Махом свободной ноги назад соскок прогнувшись – 2,0

Опорный прыжок

№1. Прыжок ноги врозь через козла в длину (высота – 115 см.).

№2. С косого разбега прыжок углом махом одной и толчком другой через коня в ширину (высота – 115 см.).

Перекладина (низкая)

Упражнение №1

1. Из вися стоя, толчком двумя упор – 3,5
2. Мах назад – 1,0
3. Оборот назад в упоре – 3,5
4. Соскок дугой – 2,0

Упражнение №2

1. С расстояния 1 метра от перекладины прыжок в вис углом – 2,0
2. Махом назад вис стоя – 1,0
3. Наскок в упор – 2,0
4. Медленное опускание вперед в вис углом (держать) – 4,0
5. Опустить ноги и выпрямиться в основную стойку – 1,0

Кольца

Упражнение №1

1. Из вися на кольцах мах вперед – 1,0
2. Мах назад – 3,0
3. Мах вперед – 3,0
4. Махом назад соскок – 3,0

Упражнение №2

1. Размахивание в вися (3 – 4 маха) – 1,0
2. Вис, согнувшись – 3,0
3. Мах назад – 1,5
4. Мах вперед – 1,5
5. Махом назад соскок – 3,0

Девушки

Опорный прыжок

№1. Прыжок, в упор присев и соскок прогнувшись (конь в ширину).

№2. Прыжок боком через коня в ширину (высота – 110 см).

Брусья разной высоты

Упражнение №1

- 1.Размахивание в висе на верхней жерди (2-3 маха) – 2,0
- 2.Перемах ноги врозь в вис, лежа сзади на бедрах на нижней жерди – 3,0
- 3.Поворот налево, сед на левом бедре согнув ногу, правая назад на нижней жерди: руки: левая хватом за верхнюю жердь, правая в сторону – 2,0
- 4.Хват правой снизу на нижней жерди и поворот направо кругом, соскок прогнувшись в стойку правым боком к брусам – 3,0

Упражнение №2

- 1.Размахивание в висе на верхней жерди (2-3 маха) – 2,0
- 2.Перемах согнув ноги в вис, лежа сзади на бедрах на нижней жерди – 3,0
- 3.Поворотом налево, сед на левом бедре, согнув левую ногу, правая назад, руки: левая хватом за верхнюю жердь, правая хватом за нижнюю жердь – 1,0
- 4.Поднимая и соединяя ноги на нижней жерди, поворот налево с перехватом правой справа на нижней жерди и перемахом двумя влево, соскок углом – 4,0

Бревно**Упражнение №1**

- 1.Из стойки продольно, опорой двумя руками, перемах правой в сед ноги врозь – 2,0
- 2.Махом назад упор, лежа на согнутых руках – 1,5
- 3.Упор, лежа – 0,5
- 4.Сгибая правую, встать в положение выпада на ней, руки в стороны – 1,0
- 5.Приставляя левую и выпрямляясь, стойка на носках, руки вверх – 0,5
- 6.Опускаясь, равновесие на одной ноге (держать) – 1,5
- 7.Шаг левой, полуприседая и выпрямляясь, круг правой рукой книзу – 0,5
- 8.Шаг правой, полуприседая и выпрямляясь, круг левой рукой книзу – 0,5
- 9.Приставляя левую, поворот в стойку продольно, руки назад-вниз – 0,5
- 10.Соскок, вперед прогнувшись – 1,5

Упражнение №2

- 1.Из стойки продольно, опорой двумя руками, прыжком упор, правая в сторону на носок, поворотом налево стойка на левом колене, правая назад и полушпагат, руки в стороны – 2,5
- 2.Опорой спереди, выпрямляя левую ногу, упор лежа – 0,5
- 3.Толчком двумя упор присев – 2,0
- 4.Встать на носки, шаг правой – 0,5
- 5.Равновесие на правой – 2,0
- 6.Выпрямяясь, приставить левую и соскок прогнувшись вперед – в сторону – 2,0

Вольные упражнения**Упражнение №1**

- 1.Из основной стойки, шаг вперед и равновесие на одной ноге, руки в стороны (держать) – 2,0
- 2.Выпрямяясь, шаг вперед и кувырок вперед в присед – 2,0
- 3.Перекаат назад, стойка на лопатках (держать) – 2,0
- 4.Перекаат вперед в упор присев – 1,5
- 5.Прыжок, вверх прогнувшись, ноги врозь – 2,5

Упражнение № 2

- 1.Равновесие на одной ноге «кольцом» - 1,5
- 2.Два темповых кувырка вперед – 2,0
- 3.Перекаат назад, стойка на лопатках (держать) – 1,5

4. Медленное опускание ног в горизонтальное положение, сгибая руки и ноги – «мост» - 1,5
5. Поворот кругом в упор присев – 1,0
6. Кувырок назад ноги врозь, кувырок назад, ноги вместе – 2,0
7. Прыжок, вверх прогнувшись, ноги вместе – 0,5

Критерии оценки выполнения зачетных гимнастических упражнений на каждом снаряде представлены в таблице

| Оценка | Кол-во баллов за проведенный урок |
|-------------------------|--|
| 5 (отлично) | От 9,0 до 10,0 баллов |
| 4 (хорошо) | От 8,0 до 8,9 баллов |
| 3 (удовлетворительно) | От 7,5 до 7,9 баллов |
| 2 (неудовлетворительно) | От 7,4 и ниже |

Технические нормативы по регби

| Упражнение | Оценка | | |
|--|---------------|----------|----------|
| | 3 | 4 | 5 |
| Передача мяча влево и в право поочередно на месте способом swing «средняя передача» (кол-во раз на точность) | 4 | 5 | 6 |
| Передача мяча влево и в право поочередно на месте способом spin «пас торпедой» (кол-во раз на точность) | 4 | 5 | 6 |
| Передача мяча влево и в право поочередно в движении любым способом (кол-во раз на точность) | 4 | 5 | 6 |
| Ловля мяча после удара ногой (кол-во раз) | 3 | 4 | 5 |
| Удары ногой по мячу с рук на точность (кол-во раз) | 3 | 4 | 5 |