

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта  
Кафедра теории и методики физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора Института  
физического воспитания  
и спорта \_\_\_\_\_ Чорноштан А.Г.  
«28» \_\_\_\_\_ 2023 г.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине

Методика преподавания гимнастики для лиц с ОВЗ

По направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
Профиль подготовки – Физическая реабилитация  
Квалификация выпускника – бакалавр  
Форма обучения – очная, заочная  
Курс – ОФО – 2 курс (3 семестр), ЗФО – 2 курс (6 триместр)

Разработчик:  
преподаватель кафедры теории и методики физического воспитания  
Мещеряков А.И. \_\_\_\_\_  
И.о. заведующего кафедрой теории и методики физического воспитания,  
канд. пед. наук, доцент  
Чорноштан А.Г. \_\_\_\_\_  
«28» \_\_\_\_\_ 2023 г., протокол № 19

Луганск, 2023

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 1.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на овладение следующими компетенциями:

#### **Общепрофессиональными (ОПК):**

ОПК-1 – способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

ОПК-13 – способность планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся;

ОПК-14 – способность обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

### 1.2. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства/ способ оценивания
<b>Тема 1. Организация и содержание занятий гимнастикой в школе.</b> Значение гимнастики и её место в системе физического воспитания. Задачи и содержание гимнастики в школьной программе по физической культуре. Урочные и неурочные формы занятий гимнастикой в школе. Самостоятельные формы занятий гимнастикой. Места занятий гимнастикой и их оборудование.	ОПК-1 ОПК-13 ОПК-14	Устный опрос. Выполнение практических заданий.
<b>Тема 2. Планирование учебной работы.</b> Основные документы планирования. Оценка успеваемости по гимнастике. Учет учебной работы по гимнастике.	ОПК-1 ОПК-13 ОПК-14	Устный опрос. Выполнение практических заданий.
<b>Тема 3. Подвижные игры как организационный элемент занятий гимнастикой.</b> Формы подвижных игр, оздоровительной направленности.	ОПК-1 ОПК-13 ОПК-14	Устный опрос. Выполнение практических заданий.
<b>Тема 4. Строевые упражнения.</b> Строевые упражнения, как важнейший организационный компонент занятий по гимнастике. Построения, перестроения и их виды.	ОПК-1 ОПК-13 ОПК-14	Устный опрос. Выполнение практических заданий.



<b>Тема 5. Базовые общеразвивающие упражнения.</b> Общеразвивающие упражнения, как основное средство активизации двигательной деятельности на занятиях. Разработка и проведение комплексов общеразвивающих упражнений.	ОПК-1 ОПК-13 ОПК-14	Устный опрос. Выполнение практических заданий.
<b>Тема 6. Виды и формы оздоровительной гимнастики.</b> Оздоровительная гимнастика (ритмическая, гигиеническая, общая, силовая). Прикладная гимнастика (корректирующая, профессионально-прикладная).	ОПК-1 ОПК-13 ОПК-14	Устный опрос. Выполнение практических заданий.
<b>Итоговая аттестация</b>	ОПК-1 ОПК-13 ОПК-14	Зачет

### 1.3. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
<b>ОПК-1:</b> способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	<b>Знать:</b> – методики обучения технике упражнений и развития физических качеств средствами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья; – методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами адаптивной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидностью; – организацию физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы и досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; – способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. <b>Уметь:</b> – применять методы, средства, методические приемы организации учебной деятельности на занятиях базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья; – использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой, адаптивным спортом; – проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

	<p><b>Иметь опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрации способности проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</li> </ul>
<p><b>ОПК-13:</b>  способность планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– морфофункциональные, биомеханические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>– биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте;</li> <li>– психологическую характеристику физического воспитания, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта и двигательной рекреации;</li> <li>– основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> <li>– положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>– организацию образовательного процесса обучающихся по физической культуре в образовательных организациях дошкольного, общего, дополнительного и профессионального образования;</li> <li>– принципы, порядок, содержание и организацию учебно-тренировочных занятий в избранном виде адаптивного спорта.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>– учитывать возрастные психологические особенности занимающихся адаптивной физической культурой и спортом;</li> <li>– использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей проведения занятий в избранном виде адаптивного спорта;</li> <li>– организовывать образовательный процесс обучения по физической культуре и адаптивной физической культуре в образовательных организациях дошкольного,</li> </ul>



	<p>общего, дополнительного и профессионального образования.</p> <p><b>Иметь опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использования анатомического и биомеханического анализа, отражающего морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</li> <li>– планирования учебно-тренировочных и внеурочных занятий, мероприятий спортивного и оздоровительного характера с использованием средств избранного вида адаптивного спорта в образовательных организациях дошкольного, общего, дополнительного и профессионального образования;</li> <li>– планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
<p><b>ОПК-14:</b> способность обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>– факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>– основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>– правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обеспечивать технику безопасности на занятиях с учетом санитарно-гигиенических норм;</li> <li>– проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в образовательных организациях дошкольного, общего, дополнительного и профессионального образования;</li> <li>– оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>– осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом;</li> <li>– организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по адаптивной физической культуре и избранному виду спорта.</li> </ul> <p><b>Иметь опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оказания первой помощи при неотложных состояниях</li> </ul>

	и травматических повреждений; – проведения инструктажа по технике безопасности с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом.
--	---

#### 1.4. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид учебной работы	Количество баллов	
	ОФО	ЗФО
3 семестр / 6 триместр		
Теоретическая подготовка (включая самостоятельную работу)	30	30
Методическая подготовка (включая самостоятельную работу)	30	30
Техническая подготовка	20	20
Зачет	20	20
<b>Всего за год:</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

#### Критерии оценивания и технология определения индивидуального рейтинга студентов\*

##### Теоретическая подготовка

- теоретический материал каждого года обучения структурирован содержательными модулями, которые являются завершенными структурными единицами модульной программы и содержат вопросы соответствующей тематической направленности;
- формы контроля теоретических знаний студентов определяются отдельно для каждого модуля с учетом его типа и объема программного материала;
- текущий контроль теоретических знаний предусматривает освоение студентами полного объема программного материала и получение двух положительных оценок за ответы на контрольные вопросы (устный ответ, реферат, контрольная работа, тестовые задания) из различных модулей в течение учебного года по пятибалльной шкале оценивания (включая выполнение заданий для самостоятельной работы студентов);
- материал одного из системообразующих модулей на каждом курсе является обязательным для контроля (то есть, получение оценки каждым студентом);
- одно из двух теоретических заданий выполняется студентами письменно;
- студенты имеют право исправить полученную оценку на более высокую;
- оценка «2» (неудовлетворительно) не включается в общую сумму рейтинговых баллов;
- сумма рейтинговых баллов за теоретическую подготовленность определяется путем сложения оценок за устный и письменный ответы студентов;
- максимальная сумма баллов – 10 баллов (два ответа на оценку «отлично»).

\* – перечень оперативных критериев оценивания представлен в учебно-методическом комплексе дисциплины.

##### Методическая подготовка

- обязательным (основным) учебным заданием на каждом этапе обучения (курсе) является терминологическая запись и проведение студентами на практических занятиях школьного урока гимнастики или его фрагментов (сложность задания зависит от этапа обучения);
- сумма рейтинговых баллов за выполнение основного учебного задания определяется путем сложения рейтинговых оценок за каждый критерий;
- максимальная сумма баллов – 30 баллов;
- кроме основного задания каждым студентом может быть выполнено на оценку одно дополнительное задание из общего их перечня;



- дополнительное задание по учебной практике оцениваются по традиционной 5-ти балльной шкале;
- оценка за выполненное дополнительное задание складывается с суммой рейтинговых баллов за основное задание, что и составляет в итоге сумму рейтинговых баллов за методическую подготовку студента;

#### **Техническая подготовка**

– сумма рейтинговых баллов за техническую подготовленность определяется путем сложения высших баллов за качество показа и выполнения каждого гимнастического упражнения различной направленности; максимальная сумма – 20 баллов.

Общая сумма рейтинговых баллов студента на каждом этапе обучения определяется путем сложения итоговых рейтинговых баллов за отдельные компоненты подготовки и рейтинговых баллов, полученных на зачете или экзамене. Максимальная общая сумма рейтинговых баллов – 100 баллов. Индивидуальный рейтинг (позиция) каждого студента определяется путем сравнения общей суммы рейтинговых баллов по отношению к другим студентам данного курса и специальности. Студенты, занявшие 5 первых ранговых мест, поощряются дополнительными рейтинговыми баллами на следующий учебный год.

#### **Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале**

<b>Четырехбалльная система оценивания экзамена</b>	<b>100-балльная шкала</b>	<b>Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале</b>	<b>Система оценивания зачета</b>
Отлично	90-100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.	Зачтено
Хорошо	83-89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному.	

Хорошо	75-82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.	
Удовлетворительно	63-74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки.	
Удовлетворительно	50-62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному.	
Неудовлетворительно	21-49	ГХ – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий.	Незачтено
Неудовлетворительно	0-20	Ф – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества	



## 2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 2.1. Типовые вопросы к зачету:

1. Охарактеризовать значение и место гимнастики в государственной системе физического воспитания.
2. Охарактеризовать задачи гимнастики и ее специфическую направленность.
3. Дать содержательную характеристику различным видам гимнастики.
4. Обосновать классификацию средств гимнастики, охарактеризовать группы гимнастических упражнений и их специфические возможности.
5. Что такое терминология? Раскрыть понятие «термин». Какие особенности гимнастической терминологии вы знаете?
6. Какие требования предъявляются к гимнастической терминологии? Обосновать значение точности гимнастического термина для формирования правильного представления об упражнении.
7. Назвать положения, движения и их детали, которые подлежат сокращению при записи гимнастических упражнений. В чем смысл подобных сокращений?
8. Охарактеризовать формы записи гимнастических упражнений.
9. Охарактеризовать основные причины травматизма на занятиях гимнастикой.
10. Пояснить роль общей разминки на занятиях гимнастикой.
11. Охарактеризовать способы регулирования нагрузки на занятиях гимнастикой.
12. Назвать виды физической помощи. Привести примеры на конкретных упражнениях.
13. Охарактеризовать строевые упражнения как средства гимнастики. Пояснить особенности строевых упражнений и их предназначение.
14. Сформулировать определения основных строевых понятий. Назвать условные точки и границы гимнастического зала.
15. Охарактеризовать строевые приемы. Назвать строевые команды, характерные указанной группе строевых упражнений.
16. Назвать основные виды перестроений на месте и в движении (в объеме программного материала). Описать технику выполнения и методику обучения этим упражнениям.
17. Описать разновидности и технику выполнения основных видов ходьбы и бега. Назвать предварительные и исполнительные строевые команды, которые используются в процессе проведения различных видов ходьбы и бега.
18. Охарактеризовать основные способы размыкания и смыкания (на месте и в движении).
19. Охарактеризовать ОРУ как средство гимнастики. Пояснить особенности ОРУ и их предназначение.
20. Охарактеризовать основные задачи, решаемые разными формами занятий ОРУ. Привести примеры основных форм и охарактеризовать их содержание.
21. Описать правила подбора упражнений при составлении комплексов ОРУ. Привести примеры.
22. Охарактеризовать особенности ОРУ с предметами.
23. Охарактеризовать целостный и раздельный методы обучения ОРУ. Описать способы обучения ОРУ «по показу» и «по рассказу».
24. Охарактеризовать комбинированный и раздельный способы обучения ОРУ. Описать различия поточного и обычного способов проведения ОРУ.
25. Какие двигательные умения и навыки формируются в процессе занятий прикладными упражнениями? Описать двигательную структуру прикладных упражнений.
26. На какие группы делятся прикладные упражнения? Описать каждую группу указанных упражнений.
27. Какие двигательные умения формируются при выполнении упражнений в лазании? Какие физические качества развиваются в процессе занятий упражнениями в лазании?

28. Описать технику выполнения различных видов лазания по гимнастической стенке. Какие методы обучения и способы страховки используют на занятиях этими упражнениями?

29. Охарактеризовать прыжки как средство гимнастики.

30. Сформулировать определение понятий «группировка» и «перекат». Назвать разновидности перекатов и описать методику обучения.