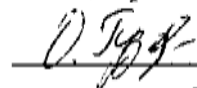


Департамент внутренней и кадровой политики Белгородской области
Областное государственное автономное профессиональное образовательное
учреждение «Белгородский педагогический колледж»
(ОГАПОУ «БПК»)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УР

 О.В. Гузеева
« 30 » августа 2019г.

Комплект контрольно-оценочных средств по учебной дисциплине

ОП.15 ТЕХНОЛОГИИ

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)

по специальности СПО

49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

г. Белгород, 2019 г.

Разработчики:

ОГАПОУ «Белгородский педагогический колледж» преподаватель Г.Ф.Жован

Эксперты:

(место работы)

(занимаемая должность)

(инициалы, фамилия)

(место работы)

(занимаемая должность)

(инициалы, фамилия)

1. Общие положения

1.1. Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины ОП.15 Технологии физкультурно-спортивной деятельности.

1.2. КОС включают контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

2. Освоение умений и усвоение знаний (текущий контроль):

Освоенные умения, усвоенные знания	Показатели оценки результата	№№ заданий для проверки
1	2	3
Уметь - выполнять и показывать упражнения, составляющие основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности; - формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приёмы обучения двигательным действиям, развития и совершенствование физических способностей занимающихся, формы организации занятий; - проводить занятия с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности; - регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий; - организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания и игры с участием занимающихся с ограниченными возможностями, включая инвалидов; - работать в единой	Технически верный показ и правильная терминология с грамотным использованием методических указаний Обоснованность выбора и использование целесообразной информации для решения профессиональных задач Технически верный показ и правильная терминология с грамотным использованием методических указаний использование целесообразной информации для решения профессиональных задач Обоснованность выбора и использование различных средств, методов и форм организации	Задание №8,10, Задание №1,2, Задание №8,10 Задание №10,13 Задание № 23-25 Задание №1,2,5,13,24

<p>команде специалистов, сотрудничать с педагогами, воспитателями, врачами, дефектологами, логопедами, родителями детей имеющих различной степени и рода отклонения в состоянии здоровья;</p> <p>- правильно трактовать и учитывать в своей деятельности результаты медико-психолого-педагогической диагностики;</p> <p>- проводить педагогические наблюдения, тестирование, анализировать деятельность занимающихся и свою собственную, вносить необходимые коррективы в работе;</p> <p>- применять способы физической помощи и страховки, обеспечивать безопасность, профилактику травматизма, психологический комфорт на занятиях;</p> <p>- использовать в своей деятельности спортивные снаряды, инвентарь, технические средства, тренажеры, характерные для конкретных технологий физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>Обоснованность выбора и использование различных средств, методов и форм организации для решения профессиональных задач</p> <p>Обоснованность выбора и использование различных средств, методов и форм организации</p> <p>Способность использования специальных знаний для профессиональной деятельности</p> <p>Способность использования специальных знаний для профессиональной деятельности</p>	<p>Задание №20,24,25</p> <p>Задание №2,8,18,25</p> <p>Задание №3,7,15,16</p> <p>Задание №10,11,23,24</p>
<p>Знать</p> <p>- характеристику технологий физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- методику развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности с целью коррекции и компенсации имеющихся</p>	<p>Оптимальность состава источников</p> <p>Обоснованность выбора и оптимальность состава источников, необходимых для решения поставленных задач</p>	<p>Задание №1,2,6, 13,18</p> <p>Задание №9,10,19,21,</p>

<p>функциональных нарушений, профилактики конкретных заболеваний;</p> <ul style="list-style-type: none"> - показания и противопоказания для использования тех или иных физических упражнений - методы воспитания и самовоспитания занимающихся, особенности взаимодействия в группе, способы коррекции и регуляции психоэмоционального состояния с помощью физических упражнений; - особенности организации и построения занятий при реализации конкретной технологии физкультурно-спортивной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры; - особенности медицинского, педагогического контроля и самоконтроля на занятиях с занимающимися; - способы оказания помощи и страховки, меры обеспечения безопасности, профилактики травматизма, создания психологического комфорта на занятиях; - спортивные снаряды, инвентарь, технические средства и тренажёры, используемые в различных технологиях физкультурно-спортивной деятельности. 	<p>Обоснованность выбора в соответствии с показаниями и противопоказаниями</p> <p>Способность использования специальных знаний для профессиональной деятельности</p> <p>Способность использования специальных знаний для профессиональной деятельности</p> <p>Обоснованность выбора и использование различных средств, методов и форм организации для решения профессиональных задач</p> <p>Способность использования специальных знаний для профессиональной деятельности</p> <p>Способность использования специальных знаний для профессиональной деятельности</p>	<p>Задание № 6,7,10,22-25</p> <p>Задание №10,12,14,17</p> <p>Задание №6,7,10,12,21</p> <p>Задание № 3,20,24,25</p> <p>Задание №12,16,17,20</p> <p>Задание №23-25</p>
---	--	--

3. Комплект материалов для оценки сформированности знаний и умений по учебной дисциплине

Задание №1

Контрольные вопросы:

1. Раскройте содержание понятий «метод», «методический приём», «методика», «методический подход», «методическое направление».
2. Дайте определение «педагогической технологии».
3. Каковы особенности разработки и практического применения физкультурно-спортивных технологий для лиц с ограниченными возможностями?
4. Перечислите основные установочные положения (принципы) применения физкультурно-спортивных технологий в работе с инвалидами и лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
5. Каким образом сформирована декартова пространственная система координат, очерчивающая пространственно научных проблем адаптивной физической культуры (какие признаки размещены на трёх её осях)?
6. Конкретизируйте объект исследования научной дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности».
7. Дайте краткую характеристику двух важнейших проблем, предполагающих определение факторов, которые влияют на стратегию долгосрочного планирования двигательной деятельности при разработке физкультурно-спортивных технологий.

Задание №2

Контрольное задание:

Заполнить таблицу совокупности задач, решаемых в адаптивной физической культуре с помощью физических упражнений

задачи	коррекционные	компенсаторные	профилактические

Задание №3

Подготовить сообщение на тему:

Современные методы экспресс-диагностики функционального состояния занимающихся.

Задание №4

Дайте определение физических упражнений, используемых в адаптивной физической культуре.

1. Что такое классификация физических упражнений?
2. Какие классификации физических упражнений используют в адаптивной физической культуре?
3. Раскройте содержание классификации физических упражнений по анатомическому признаку.
4. Как классифицируются упражнения по структуре движений?
5. Раскройте особенности трех подходов, сложившихся в России, к классификации технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.
6. Раскройте отличительные особенности предварительного проектирования учебно-воспитательного процесса в адаптивном физическом воспитании.
7. В чём трудности разработки технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивном спорте?
8. Опишите особенности физкультурно-спортивных технологий в физической реабилитации.
9. Каким образом осуществляется целеобразование в адаптивной физической культуре?
10. Какие элементы физкультурно-спортивной (педагогической и лечебной) системы необходимо учитывать при разработке проектов будущих технологий в адаптивной физической культуре?

Задание №5

Контрольные вопросы:

1. Дайте краткую характеристику основных разновидностей гимнастики для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
2. В чём состоят отличительные особенности каждого из гимнастических видов?

Задание №6

Подготовить сообщение на тему:

1. Что такое фитбол-аэробика? Возможности её использования в коррекционных занятиях

Задание №7

Контрольное задание:

Заполните схему составления комплекса ритмической гимнастики

Часть комплекса	Длительность мин	Кол-во упражнений	преимущественная направленность упражнений

Задание №8

Контрольное задание:

Заполните таблицу музыкальных темпов

Темп музыки	Кол-во акцентов в минуту	Характер упражнений
<i>медленный</i>		
<i>умеренный</i>		
<i>средний</i>		
<i>быстрый</i>		
<i>очень быстрый</i>		

Задание №9

Контрольное задание:

Составить комплекс ритмической гимнастики для вводной и основной частей урока (с учётом противопоказаний)

1. Комплекс для учащихся 1-2-х классов
2. Комплекс для учащихся 3-4-х классов

Задание №10

Контрольные вопросы:

1. Какова технология конструирования программы занятий базовой аэробикой?
2. Дайте краткую характеристику базовых движений аэробной части занятия.

Задание №11

Подготовить сообщение на тему:

1. Шейпинг как один из видов оздоровительной гимнастики.
2. Основные черты методики упражнений на растягивание Е.Н.Зуевой.
3. Пилатес – популярный вид оздоровительной тренировки
4. Аквафитнес – что это такое?

Задание №12

Контрольное задание:

Составьте и опишите примеры выполнения упражнений на растяжку с партнёрами.

Задание №13

Контрольное задание:

Описать памятку тренеру по организации работы с инвалидом в водной среде

Задание №14

Контрольные вопросы:

1. Что такое гидрореабилитация?
2. Раскройте причины возникновения критических ситуаций начального обучения плаванию ребенка-инвалида.
3. Какие рекомендации по предупреждению критических ситуаций нам известны?
4. Каковы основные положения технологии подготовки ребенка-инвалида к бассейну в условиях домашней ванны?
5. Особенности плавания после ампутации конечностей
6. Какое специальное снаряжение используется на занятиях в воде?

Задание №15

Контрольное задание:

Составьте и опишите 3-4 упражнения используемых на занятиях гидроаэробикой

Задание №16

Контрольные вопросы:

1. Раскройте основные требования к проведению подвижных игр
2. В чем состоят особенности методики проведения подвижных игр с детьми, имеющими нарушения зрения (слуха, интеллекта, опорно-двигательного аппарата)?
3. Дайте характеристику игры как деятельности.
4. Приведите примеры возможных подвижных игр для детей с ДЦП.

Задание №17

Контрольное задание:

1. Покажите на примере 3-4 классификационных признаков (оснований деления) возможности классификации подвижных игр.
2. Раскройте содержание одной подвижной игры для детей со зрительной патологией.

Задание №18

Контрольное задание:

Заполните таблицу соответствия заболеваний внутренних органов и рекомендуемые виды туризма

Заболевание ставшее причиной инвалидности	Допустимые виды Спортивных походов	Противопоказания

Задание №19

Контрольные вопросы:

1. Раскройте возможности адаптивного спортивно-оздоровительного туризма.
2. Раскройте особенности участия лиц с ограниченными возможностями с заболеваниями органов слуха и речи в туристических походах.
3. Какие условия необходимо выполнить, чтобы в туризме могли участвовать лица с заболеваниями органов передвижения?
4. Раскройте особенности гигиены, профилактики, техники безопасности в туризме для инвалидов.

5. Какой должна быть тактика преодоления естественных препятствий (перевалов, переправ, болот, лесных завалов) при передвижении групп людей с ограниченными возможностями здоровья?

Задание №20

Тестирование и функциональные пробы, анкетирование:

1. ЧСС
2. АД
3. Антропометрические данные:
 - длина и масса тела
 - обхват грудной клетки
 - обхват талии
 - обхват бедер
 - обхват голени
 - ширина плеч.
4. Определение весоростового показателя с учетом возраста
5. Проба Генче.
6. Проба Штанге
7. Теппинг-тест
8. Определение гибкости
9. Определение быстроты реакции

Задание №21

Контрольное задание:

Составьте индивидуальный комплекс упражнений, применяемый на занятиях лечебной верховой езды

Задачи	Средства	Методические приемы обучения и воспитания

Задание №22

Контрольные вопросы и задания:

1. Перечислите основные эффекты, возникающие при использовании дыхательной гимнастики.
2. Расскажите об особенностях трехфазового дыхания.
3. В чем основная отличительная особенность дыхательной гимнастики Щетинина?
4. Дайте характеристику восьми упражнений Стрельниковой.
5. Массаж девяти биологически активных зон по методу Уманской. Приведите пример самомассажа 3-4 зон.
6. Опишите наиболее известные методы гимнастики для глаз.
7. Антистрессовая пластическая гимнастика в системе школьного физического воспитания

Задание №23

Контрольные вопросы и задания:

1. В чем состоят особенности национальных спортивных и оздоровительных технологий?
2. Что входит в экипировку хоккея на полу?
3. Опишите несколько упражнений хоккея на полу.
4. В чём особенности радиального баскетбола (питербаскета)?
5. Опишите игровое поле и стойку, используемые в радиальном баскетболе.
6. Возможности радиального баскетбола в адаптивной физической культуре.
7. В чём отличия игр на радиальной площадке А.А. Несмеянова и В. Евминова?
8. Какие основные национальные якутские виды спорта вы знаете?
9. Кратко опишите суть вида спорта «Перетягивание палки (мас-рестлинг)»?

10. Приведите примеры игр с использованием спортивного оборудования для дартса.

Задание №24

Контрольные вопросы и задания:

1. Дайте определение ориентировочной основе действий.
2. Какие трудности формирования ориентировочной основы действий имеют место в адаптивной физической культуре?
3. Как вы понимаете определение – «опыт эмоционально-ценностных отношений» в адаптивной физической культуре?
4. Дайте определение профессионально-ориентированных видов соревновательной деятельности.
5. Что такое эмпатия? Как можно формировать эмпатию у студентов, обучающихся по специальности «Адаптивная физическая культура»?
6. Дайте краткую характеристику(по видам) профессионально-ориентированных видов соревновательной деятельности.
7. Опишите возможные варианты совместной деятельности студентов со спортсменами-инвалидами.

Задание №25

Контрольное задание:

Про ранжируйте ниже перечисленные типы нарушений здоровья по широте их распространённости в образовательной среде (наиболее распространённому, по Вашему мнению, типу нарушения присваивается 1-ое ранговое место, наименее распространённому – 8-ое):

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| - опорно-двигательный аппарат; | - эндокринная система; |
| - сердечно сосудистая система; | - дыхательная система; |
| - пищеварительная система; | - нервная система; |
| - мочеполовая система; | - функция зрения. |

4. Вопросы к дифференцированному зачету –

 3 курс 7 семестр

1. ТФСД как учебная дисциплина. Цель и задачи дисциплины.
2. Основные виды ТФСД , используемые в АФК.
3. Классификация и характеристика ТФСД.
4. Роль дыхания при проведении занятий по АФК.
5. Использование ТФСД в работе со слепыми и слабовидящими людьми.
6. Использование ТФСД в работе с глухими и слабовидящими людьми.
7. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение интеллекта.
8. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение речи.
9. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата.
10. Использование ТФСД в работе с детьми, имеющими детский церебральный паралич.
11. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение психики.
12. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании дошкольников.
13. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании школьников.
14. Охарактеризуйте виды гимнастики, используемые в АФК.
15. Аэробика как вид ТФСД. История возникновения и развития.
16. Структура и содержание занятий аэробикой.

17. Особенности занятий аэробикой с лицами, имеющими ограниченные возможности.
18. Использование аэробики в работе со слепыми и слабовидящими людьми.
19. Особенности применения оздоровительной аэробики с лицами, имеющими нарушения ОДА.
20. Основы контроля и самоконтроля в процессе занятий аэробикой лиц, имеющих ограниченные возможности.
21. Гигиена питания при занятиях фитнесом.
22. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности.
23. Использование фитбол-аэробики в АФК.
24. Организация и методика проведения занятия по степ-аэробике с лицами, имеющими ограниченные возможности.
25. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры.
26. Использование стретчинг-системы в АФК.
27. Гидрореабилитация как педагогический процесс.
28. Раскройте значение коррекционно-развивающих игр в АФК.
29. Отличительные особенности подбора и моделирования игр в АФК.
30. Игры, направленные на установления психологического контакта между играющими.
31. Подвижные игры для слепых и слабовидящих детей.
32. Подвижные игры для глухих и слабовидящих детей.
33. Подвижные игры для детей с интеллекта.
34. Подвижные игры для детей с нарушением речи.
35. Подвижные игры для детей с поражением опорно-двигательного аппарата.
36. Подвижные игры для детей с детским церебральным параличом (ДЦП).
37. Подвижные игры, включающие бег, прыжки, метание.

38. Подвижные игры, эстафеты, игровые задания с элементами баскетбола, волейбола, для детей с ослабленным здоровьем.
39. Подвижные игры на прогулках и в походах.
40. Речитативно-игровые композиции для совместных игр детей и взрослых.
41. Методика организации и проведения спортивных праздников и фестивалей с лицами, имеющими ограниченные возможности.
42. Виды туризма в РФ.
43. Роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека.
44. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражения ОДА.
45. Особенности организации реабилитационного туризма.
46. Методика преодоления экстремальных ситуаций в походе.
47. Классификация профессионально-ориентированных видов спорта.
48. Дать характеристику национальным и нетрадиционным видам спорта.
49. Особенности методики организации занятий по ННВС.
50. Использование игры в дартс с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
51. Использование игры в мини-футбол в работе с лицами, имеющими проблемы интеллекта.
52. Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол-«Питербаскет».
53. Использование антистрессовой пластической гимнастики в адаптивном физическом воспитании.
54. Применения танцевальной терапии в АФК.
55. Направления йоги и их содержания.
56. Использование хатха-йоги в АФК.
57. Йога как система лечения и оздоровления организма человека.
58. Цигун как система лечения и оздоровления организма человека.

59. Использование техники цигун в АФК.
60. Методика применения «Су-Джок терапии» в АФК.
61. Дыхание. Функциональные пробы по оцениванию дыхания человека.
62. Дыхательная гимнастика Щетинина.
63. Применение дыхательной гимнастики Щетининой в АФК.
64. Содержание основного комплекса дыхательной гимнастики Щетининой.
65. Самореабилитация в домашних условиях при травмах опорно-двигательного аппарата.
66. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата у детей по методике Афанасьева.
67. Коррекция нарушений функции зрительного анализатора по методике Бейтса и Корбет.
68. Коррекция нарушений функции зрительного анализатора по методике Норбекова М.
69. Методика выполнения гимнастики для глаз Э.С. Аветисова.
70. Релаксационные упражнения по методике Г.Г. Демирчоглына.
71. Гимнастические упражнения для глаз по методике Е.Е. Сомова.
72. Методы регуляции психических состояний человека.
73. Ментальный тренинг, как метод психической тренировки человека.
74. Использование формокоррекционной ритмопластики в АФК.
75. Основы системы психосоматической саморегуляции.
76. Методика выполнения массажа биологически активных точек.
77. Использование системы М.С. Норбекова в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.
78. Иппотерапия - метод реабилитации и социальной адаптации лиц с ограничивающими возможностями.
79. Использование верховой езды в работе с детьми с диагнозом ДЦП.
80. Использование верховой езды в работе с детьми с диагнозом аутизм.
81. Методика организации проведения занятий по лечебной верховой езде.

