

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
РГБУ ДПО «КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ИНСТИТУТ  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ»**

Кафедра информационных и здоровьесберегающих технологий



Решение Ученого совета  
РГБУ ДПО «КЧРИПКРО»  
от « 28 » декабря 2017 г.  
Протокол №

**Дополнительная профессиональная программа  
повышения квалификации**

по проблеме: «Совершенствование качества образования по  
учебному предмету «Физическая культура» в условиях реализации  
ФГОС и профессионального стандарта педагога»

**Авторы - составители:**

Шаповалов М.В. – к.п.н., доцент, зав. кафедры ИиЗТ;  
Аюбов В.Х. – доцент кафедры ИиЗТ;  
Моренко С.И. – ст. преподаватель кафедры ИиЗТ.

**Категория слушателей:** учителя физической культуры  
**Количество часов:** 108 часов

Черкесск 2017

## Пояснительная записка

Дополнительная образовательная профессиональная программа повышения квалификации «Совершенствование качества образования по учебному предмету «Физическая культура» в условиях реализации ФГОС и профессионального стандарта педагога» (далее – Программа) разработана с учетом требований ФГОС общего образования к результатам и содержания обучения, профессионального стандарта «Педагог», новых требований к аттестации учителей.

Одним из основных механизмов развития образования является совершенствование учительского корпуса. Современный учитель должен постоянно совершенствовать свою профессиональную компетентность, не реже одного раза в три года проходить курсы повышения квалификации.

Для успешной реализации Программы предусмотрены лекционные и практические занятия, мастер-классы, вебинары, самостоятельная работа. Для обеспечения минимального отрыва слушателей от работы 70% Программы реализуется в очно - дистанционной форме

Актуальность Программы определяется потребностью учителей физической культуры образовательных организаций общего образования в овладении учебным материалом для совершенствования профессионального мастерства, новых компетенций в рамках требований федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) общего образования и профессионального стандарта «Педагог».

### **Преимущества дистанционного образования:**

- Более высокая адаптивность к уровню базовой подготовки и способностям слушателей, здоровью, месту жительства и т.д., и соответственно, лучшие возможности для ускорения процесса получения образования и повышения качества обучения;
- Повышение качества образовательного процесса за счет ориентации на использование автоматизированных обучающих и тестирующих систем, задания для самоконтроля и т.д.;
- Оперативное обновление методического обеспечения учебного процесса, т.к. содержание методических материалов на машинных носителях легче поддерживать в актуальном состоянии;
- Повышение творческого и интеллектуального потенциала слушателей за счет самоорганизации, стремления к знаниям, умения взаимодействовать с компьютерной техникой и самостоятельно принимать ответственные решения;
- Ярко выраженная практичность обучения (слушатели могут на прямую общаться с конкретным преподавателем и задавать вопросы о том, что интересует больше всего их самих).

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

**1. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:** повышение профессиональной компетенции учителей физической культуры, способных осуществлять свою педагогическую деятельность в соответствии с требованиями ФГОС общего образования и профессионального стандарта «Педагог»

**ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

- способствовать развитию мотивации слушателей к осуществлению профессиональной деятельности в области преподавания физической культуры;
- повысить информированность слушателей в вопросах применения нормативно-правовых документов, определяющих их профессиональную деятельность;
- актуализировать и систематизировать знания слушателей по теории и методике преподавания учебного предмета «Физическая культура»;
- расширить представления слушателей о современных образовательных технологиях, формирующих здоровый образ жизни обучающихся и воспитанников;
- создать условия для обмена опытом успешного применения современных образовательных технологий в преподавании предмета «Физическая культура»;
- способствовать распространению современных моделей образовательных систем по формированию здорового образа жизни в условиях современной социально - экономической среды;
- готовить педагогов к реализации требований ФГОС в области физическая культура и профессиональных стандартов «Педагог».

**2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

2.1. В результате освоения программы у слушателей совершенствуются следующие общепрофессиональные компетенции (ОПК) и профессиональные компетенции (ПК):

**Общепрофессиональные компетенции**

-Способен осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК -2);

- Готов к профессиональной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми актам и сферы образования (ОПК -4);

-Готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК -6).

**Профессиональные компетенции**

- Способен реализовывать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях (ПК-1);

- Готов применять современные методики и технологии, в том числе и информационные, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса на конкретной образовательной ступени конкретного образовательного учреждения. (ПК-2);

- Способен применять современные методы диагностирования достижений обучающихся и воспитанников, осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся (ПК -3);
- Способен использовать возможности образовательной среды, в том числе и информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-4);
- Готов к взаимодействию с учениками, родителями, коллегами, социальными партнерами (ПК -6);
- Готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно- воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК -7).

2.2. В результате освоения программы слушатель должен приобрести следующие знания и умения, необходимые для качественного изменения компетенций:

слушатель должен:

**Знать:**

- Преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке;
- Историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества;
- Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики;
- Основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в социальных сетях;
- Пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения;
- Основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий;
- Рабочую программу и методика обучения по данному предмету;
- Приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства;
- Нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи;
- Конвенцию о правах ребенка;
- Трудовое законодательство.

**Уметь:**

- Владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика и т.п.;

- Объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей;

- Разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде;

- Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся, для которых русский язык не является родным; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;

- Владеть ИКТ-компетентностями:

- общепользовательская ИКТ-компетентность;

- общепедагогическая ИКТ-компетентность;

- предметно-педагогическая ИКТ-компетентность (отражающая профессиональную ИКТ-компетентность соответствующей области человеческой деятельности);

- Организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую, художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона.

Программа отвечает следующим **требованиям**, предъявляемым к программам дополнительного профессионального образования:

- программа совместима по видам и срокам и учитывает возможности обеспечения равноценности дополнительного профессионального образования.

- программа состоит из модулей, которые являются относительно самостоятельной частью образовательной программы, комплексно охватывающей определенную тему и позволяющей осваивать ее автономно.

- программа позволяет дополнить необходимые теоретические знания по изученным направлениям, получить необходимые умения и навыки в постановке и решении профессиональных задач, позволяет слушателю получить навыки практического использования полученных знаний.

- предлагаемый набор образовательных модулей программы обеспечивает возможность различной их компоновки в зависимости от конкретных целей обучения.

- соотношение различных модулей в образовательной программе, а также формы и режимы обучения устанавливаются с учетом целей и сроков обучения, интересов и личностных особенностей обучающегося.

- программа ориентирована на современные эффективные формы, методы и средства обучения и контроля знаний, управления образовательным процессом. Программа предполагает работу слушателя с учебной информацией и выполнение контрольных заданий в очно-заочной форме с элементами дистанционного обучения.

- программа обеспечивает обучение в соответствии с поставленными целями.

- качество освоения программы подтверждается введением распределенного промежуточного контроля (практические работы) и итогового контроля. При выборе вида и средств контроля учтены цели и сроки освоения Программы.

**Количество часов :** 108 часов

**Режим обучения:** 6- 8 часов в день

**Форма итогового контроля:** защита проектов

**Форма обучения:** очно- дистанционная

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 3.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

#### курсов повышения квалификации учителей физической культуры

«Совершенствование качества образования по учебному предмету «Физическая культура» в условиях реализации ФГОС и профессионального стандарта педагога»

**Цель:** повышение профессиональной компетенции учителей физической культуры, способных осуществлять свою педагогическую деятельность в соответствии с требованиями ФГОС общего образования и профессиональным стандартом «Педагог»

**Категория слушателей:** учителя физической культуры

**Количество часов:** 108 часов

**Режим занятий:** 6-8 часов в день

**Форма обучения:** очно - дистанционная

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе					Вебинар	Форма контроля
			очно		дистанционно		В		
			лекции	пр. зан.	лекции	пр. зан.			
<b>Базовая часть</b>									
Р 1	Основы законодательства Российской Федерации в области образования	18	2	2	4	4	6	Выполнение практических заданий	
<b>Профильная часть</b>									
Р 2	Предметно-методическая деятельность	86	10	20	24	16	16	Выполнение практических заданий	
	<b>Итого</b>	<b>104</b>	<b>12</b>	<b>22</b>	<b>28</b>	<b>20</b>	<b>22</b>		
	Итоговая аттестация (защита проектов)	4	-	4	-	-	-	Защита проектной работы	
	<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>20</b>	<b>22</b>		

**4.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН  
курсов повышения квалификации учителей физической культуры**

«Совершенствование качества образования по учебному предмету «Физическая культура» в условиях реализации ФГОС и профессионального стандарта педагога»

**ВАРИАНТ 1**

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе					Форма контроля
			очно		дистанционно			
			лекции	пр. зан.	лекции	пр. зан.	Вебинар	
<b>Базовая часть</b>								
P 1	<b>Основы законодательства Российской Федерации в области образования</b>							
	<b>Профильная часть</b>							
	<b>Модуль 1</b>							
	<b>Нормативно правовое обеспечение образовательного процесса</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
1.1	Изменение законодательства РФ в области образования, физической культуры и спорта	4	-	-	2	2	-	Пр.р. 1
1.2	Профессиональный стандарт «Педагог». Новые компетенции учителя.	8	2	2	2	2	-	Пр.р. 2
<b>Вариативная составляющая</b>								
1.5.	Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"	2	-	-	-	-	2	-
1.6.	Основы трудового законодательства	2	-	-	-	-	2	-
1.7.	Правовые основы противодействия коррупции. Антикоррупционная политика	2	-	-	-	-	2	Пр.р.1
<b>Профильная часть</b>								
P 2	<b>Предметно-методическая деятельность</b>							
	<b>Модуль 2</b>							
	<b>Современные методики и технологии преподавания физической культуры</b>	<b>42</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	
2.1.	Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса в области «Физическая культура»	4	-	-	2	2	-	Пр.р.3
2.2.	Программно - методическое сопровождение реализации ФГОС в практике преподавания физической культуры	6	2	-	2	-	2	-
2.3.	Современные технологии преподавания физической культуры	4	-	-	2	2	-	Пр.р.4
2.4.	Проектная деятельность как условие повышения качества образования в области «Физическая культура»	6	2	4	-	-	-	-
2.5.	Новые подходы в системе оценки качества планируемых результатов обучающихся.	6	2	2	-	-	2	-
2.6.	Система работы с обучающимися с повышенным уровнем интеллектуального развития в условиях современного образовательного учреждения	4	-	-	2	2	-	Пр.р.5
2.7.	Физиологические механизмы двигательной деятельности на уроках физической культуры	4	-	2	-	-	2	-
2.8.	Мастер – класс «Опыт работы ведущих учителей физической культуры по использованию современных технологий обучения»	4	-	4	-	-	-	-
2.9.	Мастер – класс «Внеурочная деятельность по предмету «Физическая культура»	4	-	4	-	-	-	-

	<b>Модуль ЗИКТ - компетентность педагога и учащегося</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	
3.1.	Принципы организации дистанционного обучения	4	2	2	-	-	-	-
3.2.	Цифровая школа. Школьное информационное пространство по предмету «Физическая культура»	4	-	-	-	-	4	Пр.р.6
3.3.	Электронный учебник – новая образовательная реальность	2	-	-	-	-	2	-
3.4.	Информационная безопасность	4	-	-	2	2	-	Пр.р.7
<b>Вариативная составляющая</b>								
	<b>Модуль 4 Основы комплексной безопасности</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	
4.1.	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	4	-	-	2	2	-	Пр.р.8
4.2.	Предупреждение травматизма. Безопасность на уроках физической культуры	2	-	-	-	-	2	
4.3.	Формы работы с учащимися по безопасности дорожного движения. Требования к преподаванию правил дорожного движения	4	-	-	2	2	-	Пр.р.9
	<b>Модуль 5 Оказание первой помощи</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	
5.1.	Оказание первой доврачебной помощи.	4	2	2	-	-	-	-
5.2.	Возрастная анатомия, физиология и гигиена.	4	-	-	2	2	-	Пр.р.10
	<b>Модуль 6 Психолого – педагогические основы образовательной деятельности</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
6.1.	Учет возрастных особенностей ребенка при обучении двигательным действиям.	2	-	-	2	-	-	Пр.р. 11
6.2.	Психические закономерности развития современных детей. Повышение психолого – педагогической компетентности педагога при работе с детьми из неблагополучных семей	4	-	-	2	2	-	Пр.р. 11
6.3.	Последствия немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ	2	-	-	2	-	-	Пр.р. 11
6.4.	Психологические основы безопасности школьника	2	-	-	2	-	-	Пр.р. 11
6.5.	Современные подходы к организации инклюзивного образования	2	-	-	-	-	2	-
	<b>Итоговая аттестация (Защита проектов)</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>Зачет</b>
	<b>Итого</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	

## ВАРИАНТ 2

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе					Форма контроля
			очно		дистанционно лекции	Вебинары	Самостоятельная работа	
			лекции	пр. зап.				
<b>Базовая часть</b>								
P 1	<b>Основы законодательства Российской Федерации в области образования</b>							
<b>Профильная часть</b>								
	<b>Модуль 1 Нормативно правовое обеспечение образовательного процесса</b>	22	2	2	8	6	4	4
1.1	Изменение законодательства РФ в области образования, физической культуры и спорта	4	-	-	4	-	-	Пр.р. 1
1.2.	Концепция модернизации преподавания учебного предмета Физическая культура	4	-	-	4	-	-	Пр.р. 2
1.3	Профессиональный стандарт «Педагог». Новые компетенции учителя.	8	2	2	--	-	4	Пр.р. 3
<b>Вариативная составляющая</b>								
1.4.	Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"	2	-	-	-	2	-	-
1.5.	Основы трудового законодательства.	2	-	-	-	2	-	-
1.6.	Правовые основы противодействия коррупции. Антикоррупционная политика	2	-	-	-	2	-	-
<b>Профильная часть</b>								
P 2	<b>Предметно-методическая деятельность</b>							
	<b>Модуль 2 Современные методики и технологии преподавания физической культуры</b>	38	2	8	20	-	8	
2.1.	Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса в области «Физическая культура»	4	-	-	-	-	4	-
2.2.	Программно - методическое сопровождение реализации ФГОС в практике преподавания физической культуры. Самбо в школе.	4	-	-	4	-	-	Пр.р.4
2.3.	Современные технологии преподавания физической культуры	4	-	-	4	-	-	Пр.р.5
2.4.	Проектная деятельность как условие повышения качества образования в области «Физическая культура»	6	2	-	4	-	-	Пр.р.6
2.5.	Новые подходы в системе оценки качества планируемых результатов обучающихся.	4	-	-	4	-	-	Пр.р.7
2.6.	Система работы с обучающимися с повышенным уровнем интеллектуального развития в условиях современного образовательного учреждения	4	-	-	4	-	-	Пр.р. 8
2.7.	Организация внеурочной деятельности по физической культуре направленная на сохранение здоровья учащихся	4	-	-	-	-	4	Пр.р. 9
2.8.	Мастер – класс «Опыт работы ведущих учителей физической культуры по использованию современных технологий обучения»	2	-	2	-	-	-	-
2.9.	Мастер – класс «Самбо в школе»	6	-	6	-	-	-	-

	<b>Модуль 3 ИКТ - компетентность педагога и учащегося</b>	<b>12</b>	-	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	-	
3.1.	Принципы организации дистанционного обучения	2	-	2	-	-	-	-
3.2.	Цифровая школа. Школьное информационное пространство по предмету «Физическая культура»	4	-	-	4	-	-	Пр.р.10
3.3.	Электронный учебник – новая образовательная реальность	2	-	-	-	2	-	-
3.4.	Информационная безопасность	4	-	-	4	-	-	Пр.р.11
<b>Вариативная составляющая</b>								
	<b>Модуль 4 Основы комплексной безопасности</b>	<b>12</b>	-	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
4.1.	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	4	-	-	4	-	-	Пр.р.12
4.2.	Предупреждение травматизма. Безопасность на уроках физической культуры	2	-	-	-	-	2	-
4.3.	Формы работы с учащимися по безопасности дорожного движения. Требования к преподаванию правил дорожного движения	2	-	-	-	2	-	-
4.4.	Здоровье и здоровый образ жизни как основа безопасности	4			4	-	-	Пр.р.13
	<b>Модуль 5 Оказание первой помощи</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	-	-	
5.1.	Оказание первой доврачебной помощи.	4	2	2	-	-	-	-
5.2.	Возрастная анатомия, физиология и гигиена.	4	-	-	4	-	-	Пр.р.14
	<b>Модуль 6 Психолого – педагогические основы образовательной деятельности</b>	<b>12</b>	-	-	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-
6.1.	Учет возрастных особенностей ребенка при обучении двигательным действиям.	2	-	-	2	-	-	Пр.р.16
6.2.	Психические закономерности развития современных детей. Повышение психолого – педагогической компетентности педагога при работе с детьми из неблагополучных семей	4	-	-	4	-	-	Пр.р. 15
6.3.	Последствия немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ	2	-	-	-	-	-	Пр.р. 16
6.4.	Психологические основы безопасности школьника	2	-	-	2	-	2	Пр.р.15
6.5.	Современные подходы к организации инклюзивного образования	2	-	-	-	2	-	Пр.р. 14
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>4</b>	-	<b>4</b>	-	-	-	<b>Зачет</b>
	<b>Итого</b>	<b>108</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>56</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	

По программе повышения квалификации календарный учебный график каждого курса представлен в форме расписания занятий при наборе группы на обучение.

## **5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

«Совершенствование качества образования по учебному предмету «Физическая культура» в условиях реализации ФГОС и профессионального стандарта педагога»

### **Базовая часть**

#### **Р1. Основы законодательства Российской Федерации в области общего образования**

##### **Модуль 1. Нормативно – правовое обеспечение образовательного процесса**

##### **1.1. Изменения законодательства РФ в области образования, физической культуры и спорта**

Государственная политика в области образования. Образовательная реформа. Закон «Об образовании» Принципы государственной политики в области образования. ФГОС как инструмент повышения качества образования. Концепция преподавания Физической культуры. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта. Санитарно-гигиенические требования. Самбо в школе.

##### **1.2. Профессиональный стандарт «Педагог». Новые компетенции учителя.**

Характеристика профессионального стандарта педагога, основные требования к квалификации педагога. Профессиональные компетенции педагога, отражающие специфику работы учителя в основной школе. Новая форма аттестации. Решение профессиональных задач. Профессиональный стандарт учителя физической культуры.

Профессиональная готовность учителя к реализации новых образовательных стандартов: знаниевый компонент (знания о требованиях ФГОС и о психологии ученика как факторе успешности реализации образовательных программ), практически-деятельностный (чему следует научиться при диагностике психологических особенностей класса, при проектировании ООП), творческий компонент (как обеспечить в образовательной программе формирования УУД учет психолого-педагогических особенностей класса и сопровождение индивидуальной образовательной траектории учащегося). Требования к профессиональной компетентности учителя в контексте нового ФГОС, ее критерии и показатели.

Модель профессионального стандарта педагогической деятельности с позиций системно-деятельностного подхода, включающая совокупность компетенций, обеспечивающих решение основных функциональных задач педагогической деятельности.

Виды компетентностей и их конкретизация в компетентностных образовательных моделях. Компетенции как результат образования. Виды компетентностей. Образовательные, ключевые компетенции. Существенные признаки компетенций. Ценностно- смысловые компетенции. Общекультурные компетенции. Учебно-познавательные компетенции. Информационные компетентности. Коммуникативные компетентности. Социально- трудовые компетентности. Оценки уровня достижения компетентностей. Демонстрация учителем компетентного поведения.

## **Вариативная составляющая**

### **1.3. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"**

Нормативно- правовая база Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО), методические рекомендации по организации работы по введению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Цели, задачи, структура, содержание и организация работы по внедрению в дальнейшей реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Виды испытаний, требования к оценке уровня знаний, порядок организации и проведения тестирования.

### **1.4. Основы трудового законодательства**

Трудовой кодекс в РФ, основные положения регулирования общественных отношений, возникающих в процессе осуществления трудовой деятельности.

Квалификационные характеристики учителя физической культуры. Должностные обязанности учителя физической культуры. Эффективный контракт. Трудовой договор.

### **1.5. Правовые основы противодействия коррупции. Антикоррупционная политика в области образования**

Понятие коррупции и антикоррупционной политики в России, и за рубежом. Исторические корни феномена коррупции в свете криминологических учений о ее возникновении. Нормативно- правовая база противодействия коррупции. Критерии типологии и видов коррупции в органах государственной власти. Коррупция в образовании. Борьба с коррупцией в образовании, эффективность антикоррупционных мероприятий.

## **Профильная часть**

### **Р2. Предметно-методическая деятельность**

#### **Модуль 2. Современная методика и технологии преподавания физической культуры**

##### **2.1. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса в области «Физическая культура»**

Учебно-методические комплекты (УМК) в области «Физическая культура». Материально-техническая оснащенность образовательного процесса по ФГОС. Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации основной образовательной программы. Материальная база учебно-наглядных пособий и учебного оборудования. Фонд дополнительной литературы. Использование цифровых инструментов. Информационно-образовательная среда. Интерактивный электронный контент. Автоматизированное рабочее место учителя и ученика. Теоретическая подготовка учащихся. Основные виды деятельности обучающихся на уроках физической культуры.

## **2.2. Программно - методическое сопровождение реализации ФГОС в практику преподавания физической культуры**

Системно – деятельностный подход как методологическая основа качества образования. Фундаментальное ядро содержания образования. Примерная основная образовательная программа. Структура и содержание основной программы по физической культуре. Планируемые результаты. Технология преподавания. Деятельностный подход в обучении. Инновационные методы и подходы в обучении. Требования к разработке рабочих программ по предмету.

Планирование и организация образовательного процесса в области «Физическая культура» в соответствии с требованиями ФГОС. Проектирование урока физической культуры в условиях реализации ФГОС. Анализ урока. Конструирование технологической карты урока в соответствии с требованиями ФГОС. Планируемые результаты как новый подход к оценке успеваемости обучающихся на уроке физической. Комплексность планируемых результатов освоения ООП: личностных, метапредметных и предметных. Преемственность результатов освоения ООП по ступеням общего образования. Универсальные учебные действия. Обеспечение преемственности в формировании УУД. Способы и средства формирования УУД в основной школе. Критерии результативности формирования УУД. Учебная документация учителя физической культуры. Групповая работа учащихся на уроке. Прикладная физическая подготовка и основы самообороны.

## **2.3. Современные технологии преподавания физической культуры**

Понятие «технология обучения». Концепция Л.В. Занкова. Концепция развивающего обучения. Проблемное обучение. Концепция проблемного обучения на основе теории М.И. Махмутова, А.М. Матюшкина.

Использование технологий в преподавании физической культуры. Концепция поэтапного формирования умственных действий П.Я. Гальперина. Обучение двигательным действиям на основе данной концепции. Технологии личностно – ориентированного обучения. Продуктивные технологии обучения двигательным действиям. Использование проблемных заданий. Использование оптимальных форм организации деятельности учащихся для решения поставленных задач (индивидуальные, парные, групповые и т.д.) Проектная технология. Технология дебатов. Технология критического мышления (инсерт, синквейн). Технология портфолио. Технология тьюторского сопровождения.

Технология продуктивного обучения элементам баскетбола. Реализация деятельностного подхода в обучении элементам баскетбола. Выполнение технических упражнений. Стойки. Перемещения. Остановки. Повороты. Ловля и передачи мяча на месте и в движении. Ведение мяча. Броски с места в движении.

Технологии продуктивного обучения элементам гимнастики. Методика обучения гимнастике на основе технологий продуктивного обучения. Акробатические упражнения и комбинации. Опорные прыжки. Упражнения на гимнастических снарядах.

Технология продуктивного обучения легкой атлетике. Методика обучения технике бега, метаний, прыжков на основе технологий продуктивного обучения.

Здоровьесберегающие технологии. Особенности организации учебно-воспитательного процесса по здоровьесбережению. Цели, задачи и педагогические условия реализации системной модели здоровьесберегающей деятельности на уроках физической культуры. Моделирование здоровьесберегающей деятельности учащегося. Системная модель организации деятельности школы по сохранению и укреплению здоровья школьников.

Активные методы обучения

#### **2.4. Проектная деятельность как условие повышения качества образования в области «Физическая культура»**

Метод «Проектов». Проектная деятельность. Форма проектной деятельности и их содержательное наполнение. Основные конструкторы проектной деятельности. Последовательность работы над проектом. Этапы формирования навыка проектной деятельности в образовательной области «Физическая культура»

#### **2.5. Новые подходы в системе оценки качества планируемых результатов обучающихся.**

Разработка показателей критериев оценки успеваемости учащихся по физической культуре. Диагностика качества образования по физической культуре. Методика разработки тестовых заданий. Национальные исследования качества образования (НИКО). Всероссийские проверочные работы (ВПР)

Портфолио как средство накопления оценки. Мониторинг системы управления образовательным процессом и результатами образования. Проектирование модели школьной системы качества образования. Оценка личностных, метапредметных и предметных результатов. Процедуры и механизмы оценки. Внешняя и внутренняя оценка.

#### **2.6. Система работы с обучающимися с повышенным уровнем интеллектуального развития в условиях современного образовательного учреждения**

Структура профессиональной компетентности педагогов, работающих с одарёнными детьми. Личностные и профессиональные особенности учителя, работающего с детьми с повышенным уровнем интеллектуального развития. Основные подходы к обучению детей с повышенным уровнем интеллектуального развития.

Формирование готовности родителей к взаимодействию с одаренным ребенком. Приемы, формы и методы работы с семьей одаренного ребенка. Рекомендации родителям по взаимодействию с одаренным ребенком.

Понятие индивидуального образовательного маршрута. Методика построения индивидуального образовательного маршрута. Схема построения индивидуального образовательного маршрута для одаренных детей. Структуры индивидуального образовательного маршрута развития одаренного обучающегося.

#### **2.7. Физиологические механизмы двигательной деятельности на уроках физической культуры**

Физиологическая характеристика упражнений различной интенсивности согласно физиологической классификации физических упражнений. Физиологическая характеристика состояния организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств. Физиологическая оценка показателей физического здоровья и работоспособности обучающихся на уроке физической культуры

## **2.8. Мастер-класс «Опыт работы ведущих учителей физической культуры по использованию современных технологий обучения»**

Современные подходы к организации и проведению уроков физической культуры. Методика обучения двигательным действиям на основе современных технологий. Мастер – классы по применению современных технологий на уроках физической культуры на базе образовательных организаций. Основы самообороны.

## **2.9. Мастер – класс «Внеурочная деятельность по предмету «Физическая культура»**

Современные подходы к организации и проведению внеурочной деятельности по физической культуре. Методика обучения двигательным действиям на основе современных технологий. Мастер – классы по применению современных технологий на внеурочных занятиях по физической культуре на базе образовательных организаций.

Роль внеурочной деятельности обучающихся в достижении планируемых результатов освоения основных образовательных программ общего образования: личностных, метапредметных, предметных.

## **Модуль 3 ИКТ - компетентность педагога и учащегося**

### **3.1. Принципы организации дистанционного обучения**

Работа с браузерами и поисковыми системами. Инструментарий вебинаров. Инструментарий дистанционного обучения.

### **3.2. Цифровая школа. Школьное информационное пространство по предмету «Физическая культура»**

Ресурсы проекта «Цифровая школа». Школьное информационное пространство по предмету «Физическая культура» как инструмент дистанционной поддержки и взаимодействия с обучающимися и их родителями. Технические особенности создания электронных образовательных ресурсов в соответствии с требованиями ФГОС. Интерактивная доска. Сайт школы и учителя физической культуры.

Технические особенности видеосъемки урока и размещения его в сети Интернет. Проведение он-лайн урока. Способы наполнения курса методико – дидактическим содержанием и размещением в сети Интернет.

Мультимедийные системы. Электронный дневник. Электронный журнал.

Информационная грамотность. Внедрение Информационных технологии в сферу образования по всему миру. Современные дети. Цифровые образовательные технологии. Использование открытых образовательных ресурсов. Проблемы и положительные стороны в использовании ЦОР и ЭОР.

### **3.3. Электронный учебник – новая образовательная реальность**

Автоматизация рабочего места учителя . Что такое электронный учебник? Механизм работы электронного учебника. ЭФУ. Структура электронного учебника. Плюсы и минусы использования электронного учебника. Приобретение электронного учебника. Технические характеристики электронного учебника Видеоурок по физической культуре с применением электронного учебника. Комплект цифровых учебных пособий по физической культуре.

### **3.4. Информационная безопасность**

История информационной безопасности. Основные понятия и определения в области защиты информации. Государственная система защиты информации РФ. Нормативно-правовое регулирование деятельности в области защиты информации. Информационное воздействие на человека. Информационная безопасность в повседневной жизни и в быту. Информационная преступность. Методы и средства защиты информации. Информационная безопасность учащихся. Организация механизмов защиты детей от распространения информации причиняющий вред их здоровью и (или) развитию.

#### **Вариативная составляющая**

### **Модуль 4 Основы комплексной безопасности**

#### **4.1. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

Общие понятия о терроризме и экстремизме. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния. Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности.

Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации. Положение Конституции РФ, Концепции противодействия терроризму в РФ, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности». Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму. Знание нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

#### **4.2. Предупреждение травматизма. Безопасность на уроках физической культуры**

Документация по безопасности. Требования к залу. Инструкции по технике безопасности с учетом видов спорта. Общие требования безопасности. Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время работы. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании работы. Основные причины травматизма. Основы организации и проведения туристических походов. Техника безопасности в походах.

### **4.3. Формы работы с учащимися по безопасности дорожного движения. Требования к преподаванию правил дорожного движения**

Формы и методы работы с учащимися по ПДД. Язык правил дорожного движения. Формирование и развитие умений и навыков безопасности поведения на дороге. Организация образовательного процесса по правилам дорожного движения. Использование информационных материалов на уроках по ПДД. Структура урока по ПДД. Учебно-методические материалы по ПДД. Наглядно-методические пособия по ПДД.

Профилактика ПДД. Предупреждение детского дорожного травматизма. Оказание срочной помощи ребенку. Нерегулируемый пешеходный переход. Регулируемый пешеходный переход. Ходьба по тротуару. Переход к остановке автобуса на другой стороне дороги. Посадка в автобус. Переход улицы при отсутствии транспорта на близком расстоянии.

### **Модуль 5 Оказание первой помощи**

#### **5.1. Оказание первой доврачебной помощи.**

Понятие здоровья человека. Основные признаки нарушения здоровья. Общая характеристика и виды детского травматизма. Причины детского травматизма. Профилактика детского травматизма. Опасные для жизни (неотложные) состояния и первая доврачебная помощь. Соматические заболевания и нервно – психические расстройства. Инфекционные заболевания. Роль школы в формировании здоровья учащихся.

#### **5.2. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.**

Физиологические показатели здорового организма. Закономерности онтогенеза. Развитие опорно – двигательного аппарата. Развитие нервной системы в онтогенезе. Рефлекторная деятельность организма. Физиологические основы психической деятельности. Развитие эндокринной системы. Индивидуально - типологические особенности ребенка. Комплексная диагностика уровня развития ребенка. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса

### **Модуль 6. Психолого – педагогические основы образовательной деятельности**

#### **6.1. Учет возрастных особенностей ребенка при обучении двигательным действиям.**

Характеристика особенностей развития детей 1-3 лет. Характеристика особенностей развития детей 3- 6 лет. Характеристика особенностей развития детей 6- 10 лет. Характеристика особенностей развития детей 10- 15 лет. Характеристика особенностей развития детей 15- 18 лет.

#### **6.2. Психические закономерности развития современных детей. Повышение психолого – педагогической компетентности педагога при работе с детьми из неблагополучных семей**

Психологическая дезадаптация детей и обучающихся в массовых школах. Изменение «нормы реакции» современной детской популяции. Воспитание как формирующее обучение.

### **6.3. Последствия немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ**

Последствия пагубного потребления наркотических средств и психотропных веществ разными категориями населения, в частности несовершеннолетними. Разновидности наркотических средств и их воздействие на органы человека. Как уберечь ребенка от употребления НСии ПВ.

### **6.4. Психологические основы безопасности школьника**

Психофизиологические основы безопасности. Психофизиологические причины , приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок. Психофизиологические основы памяти и внимания. Психофизиологические проблемы агрессивного поведения. Психофизиологические особенности детей в формировании их безопасности.

### **6.5.Современные подходы к организации инклюзивного образования**

Образование инвалидов в России: история вопроса, статистика. Терминология и язык инклюзии. Инклюзивное образование в России. Грани и проблемы. Инклюзивный подход к образованию для всех. Перспективы развития инклюзивного образования в России.

Правовое регулирование доступа инвалидов к образованию: международные правовые акты, законодательные акты Российской Федерации, локальные акты, регламентирующие деятельность инклюзивных классов.

Теоретические основы современной психолого-педагогической диагностики. Цели и задачи диагностики. Требования к проведению диагностики. Основные принципы диагностирования.

Правила инклюзивной школы. Создание в школе комплексной безбарьерной образовательной среды (Вход в школу; Внутреннее пространство школы; Школьная раздевалка; Школьная столовая; Школьный туалет; Классные кабинеты; Территория школы).

Организация учебного пространства в классе. Участники инклюзии. Организация коррекционно-развивающей работы на уроке в инклюзивном классе. Требования к режиму организации занятий.

Взаимодействие специалистов ОУ при осуществлении комплексной поддержки детей-инвалидов.

**Итоговая аттестация – тест**

## **6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

### **6.1.Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

## Рекомендуемая литература

### Международные нормативно - правовые акты и документы

Декларация прав ребенка. Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1959 года.

Конвенция о правах ребенка. Утверждена Генеральной Ассамблеей ООН от 20.11.1989г.

### Основная литература

1. [Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"](#).-М.,2012.
2. [Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013–2020 годы\(утв. распоряжением Правительства РФ от 15 мая 2013 г. № 792-р\)](#)
3. [Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»](#).
2. Кац А. М. Применение закона «Об образовании в Российской Федерации» - М: Академия АПК и ПРО, 2016.
4. Кац А. М. Права и обязанности учителя общеобразовательного учреждения в законе «Об образовании». - М: Академия АПК и ПРО, 2015.
5. Днепров Э.Д. образовательный стандарт – инструмент обновления содержания общего полного образования// Вопросы образования.- 2016. №3.
7. Акулова О.В., Писарева С.А., Пискунова Е.В. Конструирование ситуационных задач для оценки компетентности учащихся/ Учебно-методическое пособие для педагогов школ - СПб: КАРО, 2017
- 8.Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий/ Пособие для учителя. Под ред. А.Г. Асмолова. – М:Просвещение, 2016.
10. Лебедев О.Е. Компетентностный подход в образовании. /Школьные технологии. -20012, №5.
- 19.Физическое здоровье обучающихся и пути его совершенствования. / Курнешова Л.Е. Сборник. - М., 2017.
20. Культура здоровья и двигательная активность. Сборник инф.мет.мат. №10/сост. Цукерман М.И., Левченко И.Н. - М.: МГПИ, 2015.
21. Баландин Г.А. Методические рекомендации учителю физкультуры. - М., 2014.
23. Кронников Н.Д. «Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании». //Физкультура в школе № 3, 2016 г.

### Дополнительная литература

1. Назаркина Н.И. «Проблемы модернизации урока физической культуры». //Физическая культура в школе. № 5, 2012 г.

2. Сидоров А.И. «Важный раздел программы повышения квалификации учителей физической культуры» //Физическая культура в школе. № 6, 2012 г.
3. Шмелева Е.А. «Учитель физической культуры в инновационном образовательном пространстве новой школы». НМЖ. //Физическая культура в школе. № 3, 2013 г.
4. Волков В. Ю., Волкова Л. М. Компьютерный дистанционный курс по дисциплине «Физическая культура» /Матер. всерос. науч.-практ. конф. СПб.,2000.
5. Гаврилов Д. Н. и др. Особенности мониторинга физического состояния населения. Ж. «Теория и практика физической культуры», 2006, №3 с.60-63.
6. Готовцев П. И., Дубровский В. И. Самоконтроль при занятиях физической культурой. – М., 1984.
7. Давыдов В. Ю. Что такое мониторинг состояния здоровья населения, физического развития и физической подготовленности детей, подростков и молодежи? // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2002, № 3, с. 46-47

#### **Основные Интернет-ресурсы**

1. <http://standart.edu.ru>
2. <http://www.ed.gov.ru>
3. [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&lib\\_no=32922&tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib) сеть творческих учителей/сообщество учителей физической культуры
4. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физической культуры
5. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
6. <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
7. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
8. <http://sportlaws.infosport.ru> Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта.
9. <http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни» Если хочешь быть здоров. Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту, различным методикам оздоровления
10. <http://www.pfo.ru> — Сайт Приволжского федерального округа
11. <http://www.sportreferats.narod.ru/>
12. [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&lib\\_no=32922&tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib) сеть ...  
Материалы для учителя физкультуры на сайте Zavuch.Info... 05.01.2010
13. Интернет-ресурсы. [www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php](http://www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php)

#### **6.2. Требования к оценке качества освоения программы**

Для реализации программы повышения квалификации предусматриваются различные виды практико-ориентированных видов деятельности:

- деловые и ролевые игры (по содержанию различных управленческих и педагогических ситуаций);
- тренинги (связанные с разработкой, презентацией и реализацией педагогических решений, принимаемых в условиях реализации ФГОС);
- разработка проектов;
- работа с литературой;
- работа с интернет-ресурсами (выполнение практических работ в дистанте, участие в вебинарах, через электронную почту, поиск информации по заданной тематике, работа с нормативно-правовой информацией и т.д.);
- работа в дистанционной форме;
- работа в вебинарах.

Условиями положительной результативности работы является деятельное участие слушателей при выполнении расписания курса, практических работ, посещения вебинаров и платформы дистанционного обучения успешной защиты проекта.

Дистанционное обучение с частичным отрывом от работы предполагает - посещение занятий и вебинаров по расписанию, самостоятельная работа слушателя с лекционным материалом опубликованным на платформе дистанционного обучения, выполнение практических работ по теме.

### **6.3. Кадровое, учебно - методическое и материально-техническое обеспечение программы**

Реализация программы курсов повышения квалификации должна обеспечиваться главным образом профессорско– преподавательским составом РГБУ ДПО «КЧРИПКРО» с привлечением специалистов, владеющих необходимыми профессиональными знаниями.

Для проведения очной, практико-ориентированной части курсов повышения квалификации могут привлекаться опытные, лучшие педагоги КЧР с показом мастер-классов, открытых уроков, занятий. Для обучения на курсе слушатель должен:

- иметь первоначальные навыки работы на компьютере;
- уметь отправлять и получать электронную почту;
- уметь запускать и выполнять базовые операции в Интернет-браузере.

Для обучения необходимо наличие неограниченного доступа к мультимедийному компьютеру, подключенному к интернету, оснащенному наушниками, микрофоном, веб-камерой. Дополнительное оборудование и программное обеспечение, необходимое для обучения, указано в отдельных разделах.

Обучение педагогов проходит в аудиторном и дистанционном режиме с лекциями и практическими работами, вебинарами в режиме реального времени по согласованному и

утвержденному расписанию. Обязательным условием проведения курсовой подготовки является фиксация процесса повышения квалификации в информационной среде.

При прохождении данного курса осуществляется практико-ориентированный подход к обучению: в процессе обучения каждый слушатель, используя возможности информационной среды, включается в работу ученика, учителя - оценивает и рецензирует ученические работы, формирует ведомости оценок, отчеты о деятельности ученика и т.п. Очные традиционные занятия проводятся в специально оборудованном помещении для проведения обучения, компьютерном классе, спортивном зале. Под руководством преподавателя слушатели знакомятся с информационной средой, с различными моделями обучения с использованием дистанционных технологий.

Аудиторные занятия проходят в форме лекций, дискуссий и практических работ.

На занятиях слушатели:

- знакомятся с теоретическим материалом;
- участвуют в дискуссии: высказываются, слушают, интерпретируют;
- работают как индивидуально, так и в группах;
- выступают друг перед другом с результатами исследований;
- задают вопросы;
- моделируют самостоятельную дистанционную работу и посещение вебинаров.

Во время занятий слушатели курсов, переходя от одного раздела информационной среды к другому, включаются в процесс обучения: выполняют задания, тесты, оставляют сообщения в форумах, используют электронную почту и внутреннюю почту информационной среды для учебного взаимодействия.

Дистанционная часть курса является продолжением очных занятий. Обучение педагогов проходит в дистанционном режиме в отложенном времени и с практическими занятиями в режиме реального времени по согласованному и утвержденному расписанию. Слушатели переходят к самостоятельной работе с учебными материалами: знакомятся с обязательной и дополнительной литературой, выполняют практические и проектные работы. Используя интернет, слушатели находятся в постоянном контакте друг с другом и с преподавателями :

- задают свои вопросы преподавателю и друг другу в форумах;
- сдают выполненные работы;
- делятся своим практическим опытом, в том числе знакомят остальных со своей методической или учебной деятельностью в Интернете, публикуя в форумах ссылки.

Преподаватели курса обучения:

- рецензируют и оценивают работы;
- отвечают на вопросы, организуют консультационное общение по электронной почте, телефону, скайпу;

- поддерживают дискуссию в форумах - побуждают слушателей высказываться и реагировать на высказывания друг друга.

#### **6.4. Методические рекомендации по реализации учебной программы**

Электронные учебно-методические материалы очно-дистанционных курсов повышения квалификации предназначены для педагогических работников образовательных организаций. Данный курс включает: 70-часовую программу по дистанционной форме обучения; 38 часов - очное обучение слушателей. Завершается обучение слушателей итоговой аттестацией в форме защиты выпускной работы.

Электронные учебно-методические материалы включают обязательный и дополнительные комплекты, которые представлены для слушателя. В ходе работы слушателю необходимо:

- изучить электронные курсы лекций и материалы презентаций;
- выполнить практические задания к каждой лекции;
- выполнить тестовые задания;
- принять участие в вебинарах.

Обучение слушателей осуществляется в сети Интернет (посредством применения оболочки ISpringOnline или электронной почты). Кроме того, слушателям будет обеспечена возможность общения с преподавателем-консультантом по телефону или Skype.

Все работы, выполняемые слушателями, оценки, комментарии, все сообщения в форуме собираются и хранятся системой ISpringOnline. При прохождении данного курса осуществляется практико-ориентированный подход к обучению: в процессе обучения каждый преподаватель-консультант, используя возможности информационной среды, обеспечивает активное учебное взаимодействие со слушателями.

В данном курсе предполагается обсуждение учебных проблем в вебинарах и форуме. В форуме можно принять участие в обсуждении уже предложенной темы консультантом. Кроме того, можно добавить свою тему для обсуждения.

Обучение слушателей предполагает выполнение ими практических заданий. Задания можно выполнять с ответом в виде текста, с ответом в виде файла или задания с ответом вне сайта. Задание с ответом в виде текста выполняется в специальном поле для ответа, все работа производится прямо в системе ISpringOnline. Преподаватель-консультант имеет возможность оценить и прокомментировать результаты работы слушателей. Задание с ответом в виде файла выполняется слушателем самостоятельно в программе **Microsoft Word** и загружается на сервер. В случае выполнения задания с ответом вне сайта можно использовать электронную почту.

Рекомендуется выполнение практических заданий слушателем ежедневно, в соответствии с расписанием учебных занятий.

Работа по дистанционному курсу обучения должна быть завершена каждым слушателем в полном объеме не позднее последнего дня обучения (в соответствии с расписанием занятий).

## 7. ФОРМЫ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

### 7.1. Методические рекомендации по подготовке к итоговой аттестации слушателей

Программа длительных курсов повышения квалификации каждого модуля предусматривает различные формы контроля:

- *текущий контроль* (анкетирование, ответы на проблемные вопросы в процессе лекций, семинаров и практических занятий; анализ нормативно-правовых документов различных уровней и др.);
  - ответы на проблемные вопросы в процессе лекций, практических занятий, семинаров, мастер - классов;
  - выполнение практико-ориентированных заданий по тематике курса;
  - выполнение практической работы;
  - анализ нормативно-правовых документов различных уровней;
  - анализ типичных педагогических ситуаций;
  - защита единичных и комплексных проектных разработок;
  - защита учебных продуктов, разработанных на практических занятиях и самостоятельно (мультимедийных презентаций, программ, планов, моделей и др.);
  - предъявление рефлексивных работ (самоанализа, эссе и др.).
  - предъявление результатов практических заданий, портфолио. (Приложение 1)
- *итоговый контроль* (по результатам освоения программы курсов повышения квалификации).

Итоговая аттестация слушателей курсов повышения квалификации проводится в форме зачета. Зачет включает защиту проектной работы (Приложение 2). К итоговой аттестации допускаются лица, выполнившие требования, предусмотренные программой и успешно прошедшие все промежуточные практические задания.

Главным назначением всех форм контроля за реализацией программы является оценка профессиональной готовности слушателей для решения различных профессиональных ситуаций в условиях реализации ФГОС и профессионального стандарта «Педагог», а также создание условий для их мотивации к адекватной самооценке.

Лица, освоившие программу и успешно прошедшие итоговый контроль, получают документ установленного образца о повышении квалификации - удостоверение.

## 7.2.Оценочный материал к текущей аттестации

### Описание практически заданий

#### Практическая работа № 1

##### **Изменения законодательства РФ в области образования, физической культуры и спорта**

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. Перечислите основные федеральные законы в области образования, физической культуры и спорта
2. Типы образовательных организаций, которые предусмотрены Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»:
3. Устав образовательной организации утверждается:
4. Общеобразовательные организации вправе реализовывать следующие программы:
5. Образовательная организация несет ответственность за:
6. За вред, причиненный несовершеннолетним, не достигшим возраста четырнадцати лет (малолетним), во время, когда он временно находился в образовательной или иной организации, обязанной осуществлять за ним надзор, отвечают:
7. Содержание образования определяют:
8. Образовательные программы разрабатываются:
9. Установление форм, периодичности и порядка проведения промежуточной аттестации обучающихся осуществляется:
10. Основанием для возникновения образовательных отношений обучающегося и образовательной организации является:

#### Практическая работа №2

##### **Профессиональный стандарт «Педагог». Новые компетенции.**

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. **Какие компетенции формируются на уроках физической культуры**
2. **Дайте определение понятию «Компетентность»**
3. **Дайте определение понятию «Компетентный» и «Компетенция»**
4. **Необходимость наполнения профессиональной деятельности педагога новыми компетенциями**

**5. Перечислите компетенции педагога в направлении «Трудовые функции»**  
**1.2.3. Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования**

Трудовые действия	
Необходимые умения	
Необходимые знания	
Другие характеристики	

### **Практическая работа № 3**

Программно – методическое сопровождение реализации ФГОС в практике преподавания физической культуры

1. Перечислите задачи образовательного процесса в области физической культуры в основной школе
2. Перечислите принципы решения задач в области физической культуры
3. Структура и содержание программы по физической культуре
4. Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура»
5. Структура урока усвоения новых знаний

### **Практическая работа № 4**

Современные технологии преподавания основ безопасности жизнедеятельности

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. Дайте определение понятию «Педагогическая технология»
2. Перечислите педагогические технологии и подходы в учебно-воспитательном процессе
3. Какие технологии возможно использовать на уроках ОБЖ?
4. Перечислите принципы развивающего обучения:
5. Дайте определение понятию «Проблемная ситуация»

### **Практическая работа № 5**

Проектная деятельность как условие повышения качества образования в области «Физическая культура»

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. Дайте определение понятию «Проект» и «Метод проектов»
2. Основные требования к проекту.
3. Перечислите типы проектов
4. Виды презентационных проектов .
5. Какие навыки формируются в процессе проектной деятельности

### **Практическая работа № 6**

Новые подходы в системе оценки качества планируемых результатов обучающихся.

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. Дайте определение понятию «ВПР»
2. Дайте определение понятию «НИКО»
3. Перечислите функции оценивания
4. Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются:
5. Предметные результаты изучения курса «Физическая культура»

### **Практическая работа № 7**

**Система работы с обучающимися с повышенным уровнем интеллектуального развития в условиях современного образовательного учреждения**

*Ответьте на вопросы теста*

**Задания в закрытой форме с выбором одного правильного ответа.**

1. Начиная с какого года Олимпийские зимние игры проводятся через два года после Игр Олимпиады?

а) 1988 г. б) 1990 г. в) 1992 г. г) 1994 г

2. В каком году были проведены I Летние юношеские Олимпийские игры?

а) 2002 г. б) 2010 г. в) 2012 г. г) 2014 г.

3. Какой вид соревнований не входил в программу Олимпийских игр античности?

а) метание копья; в) гонки колесниц;  
б) метание диска; г) марафонский бег.

4. Отметьте город, в котором не проходили Игры Олимпиад между I и II мировыми войнами.

а) Лондон (Великобритания); в) Антверпен (Бельгия);  
б) Берлин (Германия); г) Амстердам (Нидерланды).

5. Какой атрибут является общим для древних и современных Олимпийских игр?

а) символ - пять переплетенных колец;  
б) девиз: «Citius, Altius, Fortius!» («Быстрее, выше, сильнее!»);  
в) торжественная клятва спортсменов;  
г) эстафета олимпийского огня.

6. В какой стране возникла борьба самбо?

а) США; б) СССР; в) Япония; г) Китай.

7. Какое максимальное время можно находиться на солнце в начале процесса закаливания?

а) 5-10 минут; в) 40-50 минут;  
б) 30-40 минут; г) 1-2 часа.

8. Что является основным средством физической культуры?

а) двигательные действия в) физические упражнения  
б) соревнования г) занятия физической культурой.

9. Какой из видов спорта относят к игровым?

а) плавание; в) бобслей;  
б) водное поло; г) гребля.

10. Какая из перечисленных дисциплин представлена в спортивной гимнастике?

а) прыжок с шестом; в) тройной прыжок;  
б) опорный прыжок; г) прыжок с трамплина.

11. Что из перечисленного является физическим качеством?

а) интеллект; в) сила воли;  
б) быстрота; г) целеустремленность.

12. Что относят к личной гигиене?

а) гигиена кожи; в) правильно подобранная обувь;  
б) правильно подобранная одежда; г) всё перечисленное.

13. Во время выполнения какого из движений целесообразно делать выдох при сгибании и разгибании рук в упоре лёжа?

а) сгибания рук в упоре лёжа;  
б) дыхание произвольное;

- в) разгибание рук в упоре лёжа;
- г) упражнение выполняется на задержке дыхания.

14. Для увеличения силы используют упражнения ...

- а) с сопротивлением партнёра;
- б) махи с максимальной амплитудой;
- в) движения с максимальной частотой;
- г) всё перечисленное.

15. Какие особенности необходимо учитывать при воспитании физических качеств?

- а) возрастные;                      в) индивидуальные;
- б) половые;                          г) всё перечисленное.

16. В процессе физического воспитания у школьников следует уделять внимание.

- а) воспитанию всех физических качеств;    в) воспитанию силы;
- б) воспитанию выносливости;                  г) воспитанию ловкости.

17. С помощью каких действий можно предупредить травматизм на занятиях физической культурой и спортом?

- а) не нарушать правила игры или соревнований;
- б) использовать средства предупреждения отморожения, солнечного удара;
- в) использовать специальные средства защиты для кожи, суставов;
- г) всё перечисленное.

18. Время преодоления короткой дистанции зависит от ...

- а) скорости бега;
- б) времени реагирования на стартовый сигнал;
- в) длины шагов;
- г) все вышеперечисленные варианты подходят.

19. Для воспитания какого физического качества используют бег с изменением скорости, направления, способа передвижения?

- а) быстроты;                          в) ловкости;
- б) выносливости;                      г) силы.

20. После занятий физической культурой необходимо принять...

- а) тёплый душ;                      в) горячий душ;
- б) холодный душ;                      г) тёплую ванну.

**II. Задания в открытой форме, в которых правильный ответ надо дописать.**

21. Первым олимпийским чемпионом Российской империи был(а)\_\_\_\_\_.

22. Способ передвижения, в котором присутствует фаза полёта называется  
\_\_\_\_\_.

23. Нарушение осанки во фронтальной плоскости называется\_\_\_\_\_.

**III. Задание на соотнесение понятий и определений (задания на соответствие).**

24. Установите соответствие между видом спорта и страной его происхождения.

Вид спорта	Страна
------------	--------

1) волейбол	А) Канада
2) хоккей на льду	Б) США
3) гольф	В) Англия
4) регби	Г) Шотландия

25. Установите соответствие между видом спорта и названием времени игры.

Вид спорта	Название времени игры
1) футбол	А) энда
2) баскетбол	Б) сэт
3) хоккей	В) тайм
4) теннис	Г) раунд
5) бокс	Д) четверть
6) керлинг	Е) период

### Практическая работа № 8

Организация внеурочной деятельности по физической культуре, направленная на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса

Ответьте на поставленные вопросы

1. Что такое внеурочная деятельность
2. Отличия внеурочной деятельности от школьного дополнительного образования:
3. Внеурочная деятельность способствует:
4. Виды и направления внеурочной деятельности

### Практическая работа № 9

Информационная безопасность

Ответьте на нижеследующие вопросы.

1. Дайте определение «Информационная безопасность»
2. Какие опасности ждут школьника в сети Интернет?
3. Как обезопасить детей в Интернете?

### Практическая работа №10

**Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

Выполнить тест. Выделите жирным правильный один или несколько ответов.

1. В какой стране впервые появилось понятие «терроризм»?  
А. Великобритания. Б. Франция. В. США. Г. Ирак.
2. Что не является главной целью террористов?  
А. Психологическое воздействие. Б. Уничтожение противника.  
В. Самореклама. Г. Способ достижения цели.
3. Какие причины терроризма не являются политическими?

- А. Столкновение интересов двух государств.
- Б. Разжигание национальной розни.
- В. Недовольство деятельностью правительства.
- Г. Возрастание социальной дифференциации.

**4. Что такое «диверсия»?**

- А. убийство диктаторов.
- Б. партизанская война в городе.
- В. операция по уничтожению коммуникаций и живой силы противника в тылу врага.

**5. Главный способ финансирования террористической деятельности**

- А. криминальная деятельность
- Б. банковские вложения
- В. частные пожертвования
- Г. правительственные ассигнования.

**6. Термин «терроризм» и «террор» стал широко употребляться со времён:**

- А. Английской буржуазной революции XVII в.
- Б. Французской буржуазной революции 1789 г.
- В. Великой октябрьской социалистической революции в России в 1917 г.
- Г. Нидерландской революции XVI в.

**7. Несмотря на отсутствие общепринятого определения понятия «терроризм», тем не менее, практически все его определения трактуют «терроризм» как способ решения:**

- А. Политических проблем путем убеждения
- Б. Экономических проблем путем реформирования
- В. Политических проблем методом насилия
- Г. Экономических проблем методом насилия.

**8. При освобождении заложников возникла перестрелка. Что нужно, чтобы пуля не попала в тебя**

- А. сразу лечь,
- Б. оглядеться в поисках укрытия,
- В. можно укрыться за ближайшим автомобилем или под ним,
- Г. проскользнуть в подворотню, подъезд или окно первого этажа.

**9. Назовите орган управления или структурное подразделение министерств и ведомств Российской Федерации, задача которого - предупреждение, выявление и пресечение террористической деятельности с корыстными целями:**

- А. Министерство внутренних дел РФ
- Б. Служба внешней разведки РФ
- В. Федеральная служба безопасности РФ
- Г. Министерство обороны РФ.

**10. Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при освобождении**

**заложников:**

- А. расположитесь подальше от окон, дверей и самих террористов
- Б. если во время операции используется газ, защитите органы дыхания (шарфом, платком или косынкой)
- В. во время операции по освобождению, чтобы быстрее спастись, бегите навстречу сотрудникам спецслужб
- Г. при освобождении выполняйте все требования сотрудников спецслужб.

**11. Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при обнаружении взрывного устройства:**

- А. немедленно сообщите об обнаруженном подозрительном предмете в правоохранительные органы
- Б. исключите использование мобильных телефонов, средств связи и т.п., т.к. они способны вызвать срабатывание радио-взрывателя
- В. не дожидаясь специалистов, унесите подозрительный предмет в безопасное место.

**12. Назовите методы террористов:**

- А. обещание материальных благ и льгот населению
- Б. взрывы и поджоги мест массового нахождения людей, захват больниц, роддомов и др.
- В. правовое урегулирование проблемных ситуаций
- Г. демонстрация катастрофических результатов террора
- Д. использование бактериальных, химических и радиоактивных средств поражения населения.

**13. Меры противодействия террористическим актам:**

- А. подвальные и чердачные помещения оставить свободными для входа
- Б. в вагоне поезда, метро, в салоне автобуса не прикасаться к пакетам, оставленным без присмотра
- В. на чердаках можно хранить макулатуру и другие непригодные вещи
- Г. постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщить о них сотрудникам правоохранительных органов
- Д. на входные двери в подъезд в жилых домах необязательно устанавливать домофоны.

**14. При захвате самолета или автобуса следует ...**

- А. не привлекать внимание террористов
- Б. обращаться к террористам с просьбами
- В. оказывать террористам содействие
- Г. выдвигать требования и протестовать

**15. Посоветуйте безопасные действия для группы людей при захвате их террористами:**

- А. выразить свое недовольство, кричать, призывать на помощь

Б. проинформировать захватчиков о социальном статусе заложников

В. не задавать вопросы и не смотреть террористам в глаза.

**16. Согласно ст. 205 УК РФ за терроризм предусмотрено наказание:**

А. административный штраф и конфискация имущества

Б. лишение свободы на срок от 6 до 15 лет и более лет, а также пожизненное заключение

В. наложение ареста на недвижимость и заключение под стражу.

**Практическая работа №11**

**Здоровье и здоровый образ жизни как основа безопасности**

Дополните:

1) Здоровье — это «...состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов»;

2) Личный вклад — уже \_\_\_% здоровья. Это образ жизни человека. Генетическими факторами здоровье человека определяется на \_\_\_\_, от медицины наше здоровье зависит всего на \_\_\_ а остальные \_\_\_ определяются другими факторами (экологией, степенью благосостояния и т.д.);

3) Здоровый образ жизни — \_\_\_\_, стиль, способствующий сохранению, \_\_\_ и \_\_\_ данной популяции. Здоровый образ жизни — это не только медицинская, но и \_\_\_ категория, которая зависит от развития \_\_\_ и производственных отношений. Здоровый образ жизни связан с выбором \_\_\_ в отношении здоровья стиля жизни, что \_\_\_ отдельных социальных групп и общества в целом.

**Соотнесите:** (пример: 1а2б3в)

Уровни сохранения здоровья	Признаки
1) Социальный	а) Это — система ценностных ориентаций человека, бытовой уклад.
2) Инфраструктурный	б) Сохранение здоровья осуществляется с помощью пропаганды через СМИ и информационно-просветительскую работу. В России проблемами этого уровня занимается служба формирования здорового образа жизни (СФЗОЖ), которая в) включает краевые, областные, городские и районные центры здоровья, врачебно-физкультурные диспансеры, косметологические лечебницы, кабинеты пропаганды здорового образа жизни. Научно-методическое обеспечение осуществляет Всероссийский научно-исследовательский центр профилактической медицины.
3) Личностный	в) Это — конкретные условия в основных сферах жизнедеятельности (наличие свободного времени и материальных средств), профилактические учреждения и экологический контроль.

Ответ \_\_\_\_\_

**Назовите:**

- 1) Основные факторы риска для здоровья:
- 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
  - 6.
- 2) Перечислить основы здорового образа жизни

### **Практическая работа № 12**

#### **Возрастная анатомия, физиология и гигиена**

*Ответьте на нижеследующие вопросы.*

1. Укажите фазы интенсивного роста организма.
2. Какие функции выполняет нервная система?
3. Понятие желез внутренней секреции, гормонов.
4. Значение опорно-двигательного аппарата
5. Что такое работоспособность и какие фазы работоспособности выделяют?

### **Практическая работа № 13**

#### **Психологические особенности спортсменов с учетом возраста и основ возрастной педагогики**

*Ответьте на вопросы и задания*

1. Проблемы в развитии современного ребенка:
2. Понятие семейного неблагополучия.
3. Типы семейного неблагополучия:
4. Модели помощи неблагополучной семье.
5. Дать понятие возрастной психологии.
8. Понятие комфортная внутришкольная среда.
6. Возрастная периодизация развития.
7. Понятие психологической безопасности школьника.

### **ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

**по итогам курса повышения квалификации учителей физической культуры**

#### **Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 6 групп:

**I. Задания в закрытой форме, с выбором одного правильного ответа.** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, неподходящие в качестве ответа. Правильным является только один - тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

**II. Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание.** При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недостающие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

**III. Задание на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»)**

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 0,5 балла.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

**IV. Задания на установление правильной последовательности действий.**

Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 3 балла.

**V. Задания на перечисление.** Каждый правильный ответ этой группы оценивается в 0,5 балла.

**VI. Задания на описание графических изображений двигательных действий (пиктограмм).** Каждое верно описанное графическое изображение оценивается в 0,5 балла.

Время выполнения всех заданий - 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

***Желаем успеха!***

**ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ**  
по итогам курса повышения квалификации учителей физической культуры

***1. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.***

**1. В каком городе находится Международная Олимпийская академия?**

- а) Лозанна;                      б) Париж;                      **в) Олимпия**;                      г) Афины.

**2. Высшим органом Международного олимпийского комитета является**

- а) президент;                      в) конгресс;  
**б) сессия**;                      г) исполнительный комитет.

**3. ЭвериБрендедж был избран президентом МОК в**

- а) 1948 г.                      **б) 1952 г.**                      в) 1960 г.                      г) 1972 г.

**4. Какой вид соревнований не существовал до Игр I Олимпиады?**

- а) марафонский бег**;                      в) толкание ядра;  
б) современное пятиборье;                      г) прыжки с шестом.

**5. Какой метод целесообразно применять для снижения массы тела?**

- а) повторный;                      **в) равномерный**;  
б) целостного упражнения;                      г) вариативного упражнения.

**6. На что направлена профессионально-прикладная физическая культура?**

- а) на подготовку к жизни;  
б) на подготовку к соревнованиям;  
**в) на подготовку к трудовой деятельности**;  
г) на подготовку к обучению в ВУЗе.

**7. Какие виды упражнений применяют при разучивании техники двигательного действия?**

- а) общеразвивающие;                      **в) подводящие**;  
б) общеподготовительные;                      г) соревновательные.

**8. Какой из видов спорта относится к единоборствам?**

- а) хоккей;                      **б) самбо**;                      в) биатлон;                      г) регби.

**9. В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?**

- а) частота пульса; б) количество занятий; **в) количество шагов**;  
г) количество выполненных физических упражнений за занятие.

**10. При проявлении какого физического качества в большей степени воспитывается сила воли?**

- а) быстрота;                      в) сила;  
**б) выносливость**;                      г) ловкость.

**11. В какой последовательности происходит формирование двигательного навыка и умения?**

- а) умение параллельно с навыком;
- б) формируется либо умение либо навык;
- в) навык переходит в умение;
- г) умение переходит в навык.

**12. Какие методы различают в физическом воспитании?**

- а) основные и дополнительные;
- б) специфические и общепедагогические;
- в) практические и теоретические;
- г) общие и специальные.

**13. Как должны сочетаться потребляемые и расходуемые калории для снижения массы тела?**

- а) количество потребляемых калорий меньше расходуемых;
- б) количество потребляемых калорий больше расходуемых;
- в) количество потребляемых калорий соответствует расходуемым калориям;
- г) количество калорий не влияет на снижение массы тела.

**14. Какой вид прыжка не может выполняться с разбега и с места?**

- а) прыжок в длину;
- б) прыжок в высоту;
- в) тройной прыжок;
- г) прыжок с шестом.

**15. Из каких частей состоит словесная команда?**

- а) подготовительная и основная;
- б) основная и дополнительная;
- в) предварительная и исполнительная;
- г) общая и контрольная.

**16. Игроков с каким амплуа нет в хоккее?**

- а) защитник;
- б) полузащитник;
- в) нападающий;
- г) вратарь.

**17. Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой амплитудой?**

- а) активная статическая;
- б) пассивная статическая;
- в) активная динамическая;
- г) пассивная динамическая.

**18. Какие игровые виды спорта относятся к олимпийским?**

- а) сквош, теннис;
- б) гольф, регби;
- в) хоккей на траве, фехтование;
- г) бадминтон, поло;

**19. Как называется изгиб позвоночника вперёд в поясничном отделе?**

- а) лордоз;
- б) кифоз;
- в) хондроз;
- г) остеопороз.

**20. Какой из видов спорта не имеет пляжного варианта?**

- а) футбол;
- б) регби;
- в) волейбол;
- г) баскетбол.

**21. В какой момент движения происходит мах руками в прыжке в длину с места?**

- а) перед отталкиванием;
- в) после отталкивания;

б) во время отталкивания;

г) во время полёта.

**II. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов.**

22. Первым президентом Международного олимпийского комитета был Деметриус Викелас.

23. Олимпийская парусная регата на Играх XXII Олимпиады (1980 г.) проходила в городе Галлин.

24. Какой из современных видов спорта предполагает использование компьютерных игр? компьютерный спорт или киберспорт

**III. Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»).**

25. Установите соответствие между президентом МОК и событием олимпийской истории, пришедшимся на годы его президентства.

Событие	Президент
1) Выбор Москвы в качестве столицы Игр XXII Олимпиады <b>В</b>	А) Деметриус Викелас
2) Введение в программу Олимпийских игр конкурсов искусств <b>Б</b>	Б) Пьер де Кубертен
3) Проведение Игр I Олимпиады современности <b>А</b>	В) Майкл Моррис Килланин
4) Принятие решения о проведении Олимпийских зимних игр через два года после Игр Олимпиад <b>Г</b>	Г) Хуан Антонио Самаранч

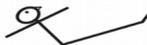
26. Установите соответствие между видом спорта и названием места, где проходят соревнования.

Вид спорта	Место
1) стрельба	А) стадион <b>5</b>
2) тяжёлая атлетика	Б) ковер <b>6</b>
3) футбол	В) помост <b>2</b>
4) теннис	Г) трек <b>9</b>
5) лёгкая атлетика	Д) ринг <b>10</b>
6) вольная борьба	Е) трасса <b>8</b>
7) баскетбол	Ж) корт <b>4</b>
8) лыжные гонки	З) поле <b>3</b>
9) велоспорт	И) тир <b>1</b>
10) бокс	К) площадка <b>7</b>

27. Установите соответствие между классификацией физических упражнений и их признаками.

Признак	Классификация
1) по признаку спортивной специализации <b>В</b>	А) упражнения для мышц ног, рук, туловища



4. Упор лёжа на согнутых руках.	
5. Упор лёжа сзади.	
6. Упор стоя на коленях.	
7. Сед углом, руки в стороны.	

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Требования к оформлению текстового варианта проектной работы

<i>Структура</i>	<i>Требования к содержанию</i>
1. Информационный раздел 1.1. Титульный лист	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Название учебного заведения (указывается в верхней части титульного листа).</li> <li>✓ Название работы (БОЛЬШИМИ БУКВАМИ по центру).</li> <li>✓ Область научных знаний, рассмотренных в проекте.</li> <li>✓ Данные об авторе (Ф.И. – полностью, класс, школа).</li> <li>✓ Данные о руководителе.</li> <li>✓ Web-адрес, по которому размещена работа (если таковой имеется).</li> <li>✓ Название населенного пункта и год написания (внизу по центру).</li> </ul>
1.2. Оглавление	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Наименование всех глав, разделов с указанием номеров страниц, на которых размещается материал.</li> </ul>
2. Описание работы 2.1. Введение	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Актуальность выбранной темы.</li> <li>✓ Проблема.</li> <li>✓ Цель проекта.</li> <li>✓ Задачи, поставленные для реализации проекта.</li> <li>✓ План (содержание) работы.</li> </ul>
2.2. Описание проектной работы и ее результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Теоретическая часть</li> <li>✓ Практическая часть (описание методов исследования, ход исследования и его результаты)</li> <li>✓ Назначение и применение проекта.</li> <li>✓ Выводы</li> <li>✓ Список использованной литературы, электронные адреса.</li> <li>✓ Приложение (рисунки, фото, схемы, таблицы, диаграммы).</li> </ul>
3. Рефлексия деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Оценивание степени достижения поставленных целей.</li> <li>✓ Оценивание качества результатов.</li> <li>✓ Приобретенные умения, знания, навыки.</li> </ul>

### Требования к презентации

<i>Параметры оценивания презентации ученика</i>	<i>Критерии оценивания</i>
Композиция, ее монтаж	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Интригующее начало.</li> <li>- Нарастание темпов событий.</li> <li>- Полный калейдоскоп событий.</li> </ul>
Содержание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Содержание раскрывает цель и задачи исследования.</li> </ul>

Информация	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Достоверность (соответствие информации действительности, истинность информации).</li> <li>- Полнота (отражение источником информации всех существенных сторон исследуемого вопроса).</li> <li>- Ссылки и обоснования (наличие ссылок, сведений о происхождении информации).</li> <li>- Отсутствие неопределенности, неоднозначности.</li> <li>- Современность источника.</li> <li>- Разумная достаточность (ограничения с точки зрения используемых источников и детализации освещаемого вопроса).</li> </ul>
Текст	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Научность (построение всех положений, определений и выводов на строго научной основе).</li> <li>- Логичность (наличие логических связей между излагаемыми понятиями).</li> <li>- Доступность (текст должен быть понятен, значение новых терминов должно быть разъяснено).</li> <li>- Однозначность (единое толкование текста различными учащимися).</li> <li>- Лаконичность (текстовое изложение должно быть максимально кратким и не содержать ничего лишнего).</li> <li>- Завершенность (содержание каждой части текстовой информации логически завершено).</li> <li>- Отсутствие орфографических и пунктуационных ошибок.</li> </ul>
Оформление	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Заголовки привлекают внимание.</li> <li>- Использование коротких слов и предложений.</li> <li>- Наличие иллюстраций по заданной теме.</li> <li>- Текст легко читается на фоне презентации.</li> <li>- Используются анимационные эффекты.</li> <li>- Все ссылки, анимационные эффекты работают.</li> <li>- Использование для фона слайда тона приятного для глаз зрителя.</li> <li>- Соответствие стиля оформления презентации (графического, звукового, анимационного) содержанию презентации.</li> <li>- Использование единого стиля оформления.</li> <li>- Использование не более трех цветов на одном слайде (один для фона, второй для заголовков, третий для текста).</li> <li>- Отсутствие острых углов у фигур, «рванных» и изломанных</li> </ul>

	<p>линий.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Анимационные эффекты не отвлекают внимание от содержания слайда.</li> <li>- «Читаемость» шрифта.</li> <li>- Расположение информации на слайде (предпочтительно горизонтальное расположение информации; наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана; если на слайде картинка, надпись должна располагаться под ней).</li> <li>- Объем информации на слайде (не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации (люди могут запомнить не более трех фактов, выводов, определений); наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде).</li> <li>- Объем презентации (презентация в среднем должна содержать около 12 файлов).</li> </ul>
--	---

### **Требования к буклету**

1. Содержание раскрывает цель и задачи исследования.
2. Размещены наиболее важные сведения.
3. Краткость изложения информации.
4. Достоверность информации.
5. Лаконичность текста.
6. Завершенность.
7. Доступность текста.
8. Наличие ссылок, сведений о происхождении информации.
9. Разумная достаточность эффектов для привлечения внимания.
10. Объем информации.
11. Правильно подобранные шрифты.
12. Использование дополнительных заголовков для легкости чтения.
13. Наличие иллюстраций по теме.
14. Отсутствие орфографических и пунктуационных ошибок.
15. Указание автора и руководителя проекта.
16. Наличие названия проекта, учебного заведения, населенного пункта.
17. Эстетичность оформления.

Образец титульного листа

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
РГБУ ДПО «КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ИНСТИТУТ  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ»**

Кафедра информационных и здоровьесберегающих технологий

**Название проекта**

Название темы, организации

Выполнил:

Ф.И.О., должность

Проверил

Ф.И.О. преподавателя

Черкесск, 2017

**Составители программы:**

Шаповалов М.В. – к.п.н., доцент, зав. кафедры ИиЗТ;  
Аюбов В.Х. – доцент кафедры ИиЗТ;  
Моренко С.И. – ст. преподаватель кафедры ИиЗТ

**Рецензент:**

Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Т.А. Чанкаева

Заведующий кафедрой физического  
воспитания СКГИПКРО

\_\_\_\_\_ Р.С. Койбаев

Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Т.А. Чанкаева

Заведующий учебным отделом

\_\_\_\_\_ Ф.А.-А. Байбанова

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ М.В. Шаповалов