

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ

ПМ.02 Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в
области физической культуры и спорта
индекс наименование учебной дисциплины

МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным
программам в области физической культуры и спорта
индекс наименование учебной дисциплины

по специальности

49.02.03 Спорт
код наименование

наименование цикла: Общепрофессиональный цикл
(согласно учебному плану)

Москва, 2024 г.

Фонд оценочных средств по профессиональному модулю ПМ.02 Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта, разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт

Организация разработчик: Профессиональная образовательная организация автономная некоммерческая организация «Колледж культуры и спорта» (ПОО АНО ККС)

Сысцов Александр Владимирович – преподаватель, тренер по физической культуре и спорту в ПОО АНО ККС; Борнякова Юлия Михайловна – преподаватель биологии, анатомии, физиологии, гигиены, медико-биологических и социальных основ здоровья; Ритор Лев Михайлович – преподаватель высшей квалификационной категории по физической культуре и спорту в ПОО АНО ККС; Загвоздкина Марина Владимировна – преподаватель обществознания, истории, английского языка, менеджмента, председатель ПЦК в ПОО АНО ККС.

«Рассмотрено» на заседании ПЦК Специальностей социально-экономического и гуманитарного профилей ПОО АНО ККС «27» мая 2024г. протокол № ССЭГП ПЦК 012/24

Председатель ПЦК  /Борнякова Ю.М./
«Согласовано»

Методист  /Александрова Е.А./

1. Паспорт фонда оценочных средств

1.1 Область применения фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу профессионального модуля ПМ.02 Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта.

ФОС включают контрольные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме экзамена.

ФОС разработан на основании рабочей программы профессионального модуля ПМ.02 Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта.

1.2 Система контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины.

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, зачета.

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	
5 семестр на базе ОО 3 семестр на базе СОО МДК 02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта				
1	Организация учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта	ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 2.6	Экзамен	1-я рубежная аттестация
2	Методика обучения двигательным действиям	ПК 2.7		
3	Методика развития физических качеств	ОК 01 ОК 02 ОК 03		2-я рубежная аттестация
4	Формирование и развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом	ОК 04 ОК 05 ОК 08		
5	Планирование и проведение учебных занятий			

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	
6 семестр на базе ОО 4 семестр на базе СОО МДК 02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта				
1	Педагогический контроль на учебных занятиях	ПК 2.1 ПК 2.2	Экзамен	1-я рубежная аттестация
2	Анализ учебных занятий	ПК 2.3 ПК 2.4		
3	Требования и порядок проведения набора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности	ПК 2.5 ПК 2.6 ПК 2.7 ОК 01		

4	Обеспечение безопасности и профилактики травматизма	ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 08		2-я рубежная аттестация
5	Материально-техническая база образовательной организации дополнительного образования			
6	Оценка результативности физкультурно-спортивной работы			

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	<i>Рубежная аттестация</i>	Средство контроля усвоения учебного материала в виде тестирования обучающихся.	Комплект тестов по вариантам к аттестациям
2	<i>Экзамен</i>	Итоговая форма оценки знаний	Комплект тестов по вариантам к экзамену

Вопросы рубежного контроля МДК 02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта 5 семестр на базе ООО 3 семестр на базе СОО

Вопросы к 1-ой рубежной аттестации

1. Какие цели ставит перед собой организация учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта?
2. Какие принципы и методы организации обучения используются при проведении дополнительных занятий по физической культуре?
3. Каким образом определяется содержание дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта?
4. Какова роль педагога в организации учебного процесса по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта?
5. Какие методы мотивации используются для привлечения учащихся к участию в дополнительных программах по физической культуре?
6. Каким образом оценивается успешность и эффективность учебных занятий в области физической культуры и спорта?
7. Какие технические и материальные ресурсы необходимы для проведения дополнительных образовательных программ в данной области?
8. Как учитываются индивидуальные особенности учащихся при организации дополнительных занятий по физической культуре?
9. Какова роль современных технологий в учебном процессе по дополнительным программам в области физической культуры и спорта?
10. Какие вызовы и перспективы существуют в организации дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта в современном образовательном контексте?
11. Каковы основные принципы методики обучения двигательным действиям?
12. Какие этапы развития двигательных навыков ученика предусмотрены в методике обучения?

13. Какие методы и приемы используются для формирования правильной техники двигательных действий?
14. Какова роль демонстрации в процессе обучения двигательным навыкам?
15. Как учитываются индивидуальные особенности учеников при применении методики обучения двигательным действиям?
16. Каким образом определяются цели обучения двигательным навыкам и как они соотносятся с общими целями образования?
17. Какие факторы влияют на успешность применения методики обучения двигательным действиям?
18. Как организован процесс обратной связи в рамках методики обучения двигательным навыкам?
19. Как использование современных технологий влияет на эффективность методики обучения двигательным действиям?
20. Какие практические методы проверки и оценки уровня усвоения двигательных навыков студентами предусмотрены в методике обучения?
21. Каковы основные физические качества, подлежащие развитию, и почему они важны для общего физического состояния человека?
22. Какие методы и подходы применяются при разработке программы развития физических качеств?
23. Как учитываются индивидуальные особенности учащихся при составлении методики развития физических качеств?
24. Как оценивается эффективность методики развития физических качеств, и какие критерии используются для измерения прогресса?
25. Какие ресурсы и оборудование требуются для успешной реализации методики развития физических качеств в учебном процессе?

Образец билета к 1-ой рубежной аттестации

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Тестовое задание

по МДК.02.01 «Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»

I-аттестация

Вариант № _____

ФИО _____ групп _____ дата _____

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ										

Вариант №1

1. Какие основные цели дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта?

- а) Развитие интеллекта
- б) Формирование физической активности и здорового образа жизни
- в) Изучение иностранных языков
- г) Развитие искусств

2. Какие методы организации учебных занятий являются наиболее эффективными для дополнительных программ по физической культуре?

- а) Теоретические лекции

- б) Практические занятия и тренировки
- в) Чтение учебных материалов в домашних условиях
- г) Прохождение тестов без физической активности

3. Какие преимущества приносит организация дополнительных программ для физической культуры и спорта для обучающихся?

- а) Развитие социальных навыков
- б) Снижение физической активности
- в) Увеличение времени, проведенного за компьютером
- г) Уменьшение интереса к занятиям

4. Какие критерии эффективной оценки успехов обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Отсутствие оценок
- б) Физическая подготовка
- в) Восприятие социальных норм
- г) Прогресс и достижения в физических упражнениях

5. Какие меры безопасности должны соблюдаться при проведении физических занятий в рамках дополнительных программ?

- а) Наличие профессионального инструктора
- б) Проведение занятий без медицинского осмотра
- в) Отсутствие средств для оказания первой помощи
- г) Наличие оборудования без необходимых сертификатов

6. Какие основные принципы планирования учебных занятий по дополнительным программам в области физической культуры?

- а) Индивидуализация занятий
- б) Применение однородных методов для всех учащихся
- в) Отсутствие учета физического состояния обучающихся
- г) Уменьшение времени на физическую активность

7. Какие возможности предоставляются обучающимся в рамках дополнительных программ по физической культуре для развития лидерских качеств?

- а) Участие в соревнованиях и командных мероприятиях
- б) Исключение участия в групповых проектах
- в) Пассивное наблюдение за занятиями
- г) Отсутствие обратной связи от инструкторов

8. Какие формы контроля знаний могут быть применены при оценке успеваемости обучающихся в дополнительных программах по физической культуре?

- а) Письменные тесты
- б) Устные интервью
- в) Физические тесты
- г) Прохождение экзаменов вне класса

9. Каким образом можно мотивировать обучающихся к участию в дополнительных программах по физической культуре?

- а) Предоставление наград и поощрений
- б) Исключение любых форм мотивации
- в) Отсутствие возможности участия в соревнованиях
- г) Отмена ежемесячных отчетов

10. Какие темы могут включаться в учебный план дополнительных программ по физической культуре для повышения общей культуры обучающихся?

- а) История физической культуры
- б) Только физические упражнения
- в) Политические дискуссии
- г) География мировых спортивных событий

11. Какие методы поддержки физической активности можно предложить для обучающихся вне учебного времени?

- а) Формирование внеклассных спортивных клубов
- б) Запрет на занятия вне учебного времени
- в) Разрешение на игры в компьютерные игры

г) Запрет на участие в спортивных мероприятиях

12. Какие ресурсы и оборудование необходимо для успешной реализации дополнительных программ по физической культуре?

а) Компьютеры и интернет

б) Специализированное спортивное оборудование

в) Только книги и учебники

г) Отсутствие необходимости в оборудовании

13. Как оценивается эффективность проведенных занятий в рамках дополнительных программ по физической культуре?

а) Оценка физического состояния обучающихся

б) Пропуск занятий

в) Отсутствие отзывов и обратной связи

г) Только учебные достижения

14. Каким образом можно содействовать распространению информации о дополнительных программах по физической культуре среди обучающихся?

а) Создание информационных буклетов и рекламных материалов

б) Отказ от рекламы

в) Использование только устного рекламного обращения

г) Исключение любых форм информирования

15. Какие преимущества могут предоставить обучающимся участие в международных соревнованиях по физической культуре?

а) Расширение круга общения и межкультурное обмен опытом

б) Ограничение общения с представителями других стран

в) Уменьшение интереса к физической активности

г) Отсутствие пользы от участия в международных мероприятиях

16. Как оценить уровень безопасности занятий в рамках дополнительных программ по физической культуре?

а) Проведение аудита безопасности

б) Игнорирование вопросов безопасности

в) Проведение занятий без контроля

г) Запрет на физическую активность

17. Какие формы обратной связи могут использоваться для оценки удовлетворенности обучающихся дополнительными программами по физической культуре?

а) Анкетирование

б) Отсутствие обратной связи

в) Исключение любых форм оценки

г) Только устные высказывания

18. Каким образом можно интегрировать элементы дополнительных программ по физической культуре в основное образование?

а) Разработка интегрированных учебных модулей

б) Исключение интеграции

в) Продление учебного времени

г) Исключение дополнительных программ из образовательного процесса

19. Какие практики могут содействовать созданию положительной атмосферы в рамках дополнительных программ по физической культуре?

а) Организация спортивных мероприятий и фестивалей

б) Игнорирование праздников и торжеств

в) Запрет на любые мероприятия

г) Ограничение контактов между обучающимися

20. Какие методы могут помочь обучающимся справляться со стрессом в рамках дополнительных программ по физической культуре?

а) Использование методов релаксации

б) Запрет на обсуждение эмоционального состояния

в) Исключение физических упражнений

г) Игнорирование эмоционального состояния обучающихся

Вариант №2

1.Каким образом можно организовать эффективное взаимодействие между преподавателями и обучающимися в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Проведение регулярных консультаций и бесед
- б) Отсутствие контактов между преподавателями и обучающимися
- в) Прекращение взаимодействия во время учебных занятий
- г) Отказ от взаимодействия вне аудитории

2.Какие возможности для развития творческих способностей можно предоставить обучающимся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация творческих проектов и выступлений
- б) Исключение творческих аспектов из программы
- в) Ограничение обучения только физическим упражнениям
- г) Запрет на выражение творческих идей

3.Какие методы могут способствовать развитию самодисциплины и ответственности у обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Установление четких правил и регулярных проверок выполнения заданий
- б) Отсутствие правил и контроля
- в) Исключение обязательств
- г) Запрет на проверку выполнения заданий

4.Какие формы поддержки и сотрудничества могут существовать между дополнительными программами по физической культуре и родителями обучающихся?

- а) Регулярные родительские встречи и отчеты о прогрессе
- б) Исключение родителей из образовательного процесса
- в) Отсутствие контактов с родителями
- г) Отказ от взаимодействия с родителями

5.Каким образом можно содействовать формированию у обучающихся позитивного отношения к физической активности в долгосрочной перспективе?

- а) Создание интересных и разнообразных уроков
- б) Отказ от организации интересных уроков
- в) Ограничение физической активности
- г) Запрет на проведение уроков по физической культуре

6.Какие методы оценки физической активности могут использоваться в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Тестирование на гибкость и выносливость
- б) Оценка по исключительно теоретическим тестам
- в) Игнорирование оценки физической активности
- г) Оценка только по общему поведению в классе

7.Каким образом можно адаптировать дополнительные программы по физической культуре для обучающихся с ограниченными физическими возможностями?

- а) Индивидуализация занятий и использование специализированного оборудования
- б) Исключение участия обучающихся с ограниченными возможностями
- в) Проведение занятий без учета особенностей каждого обучающегося
- г) Отказ от адаптации программы

8.Какие ресурсы могут быть использованы для поддержки дополнительных программ по физической культуре в местном сообществе?

- а) Вовлечение местных спортивных клубов и тренеров
- б) Изоляция программы от местного сообщества
- в) Отсутствие поддержки местных организаций
- г) Игнорирование местных ресурсов

9.Какие меры могут содействовать созданию позитивного конкурентного духа среди обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация соревнований и стимулирование достижений
- б) Запрет участия в соревнованиях
- в) Игнорирование индивидуальных успехов
- г) Ограничение общения между обучающимися

10. Каким образом можно поддерживать постоянный интерес обучающихся к дополнительным программам по физической культуре?

- а) Постоянное обновление содержания программы и внесение изменений
- б) Отказ от изменений в программе
- в) Ограничение разнообразия занятий
- г) Игнорирование обратной связи обучающихся

11. Что такое методика обучения двигательным действиям?

- а) Система правил для вождения автомобиля.
- б) Методы преподавания физической культуры.
- в) Подходы к обучению двигательным навыкам.

12. Какие основные этапы включает в себя методика обучения двигательным действиям?

- а) Подготовительный, формирующий, заключительный.
- б) Теоретический, практический, экзаменационный.
- в) Изучение, тренировка, оценка.

13. Какова роль обратной связи в процессе обучения двигательным действиям?

- а) Не важна, главное выполнение задания.
- б) Помогает студентам понять свои ошибки и улучшить навыки.
- в) Используется только на начальных этапах обучения.

14. Какие факторы влияют на эффективность методики обучения двигательным действиям?

- а) Только уровень физической подготовленности студента.
- б) Педагогические навыки преподавателя, мотивация студента, условия обучения.
- в) Только наличие необходимого оборудования.

15. Какой подход к обучению двигательным навыкам считается наиболее эффективным?

- а) Только индивидуальные занятия.
- б) Только групповые занятия.
- в) Индивидуализированный подход, учитывающий особенности каждого студента.

16. Какое значение имеет понятие "моторика" в контексте методики обучения двигательным действиям?

- а) Электрическая активность мышц.
- б) Способность выполнять двигательные действия.
- в) Уровень выносливости организма.

17. Какие принципы должны учитываться при разработке методики обучения физической подготовке?

- а) Единообразие и неизменность задач.
- б) Индивидуализация и прогрессивность.
- в) Сравнение и соперничество.

18. Что включает в себя фаза "анализа" при обучении новому двигательному навыку?

- а) Изучение теоретических основ навыка.
- б) Разбор движения на составные элементы.
- в) Оценка эффективности движения.

19. Какие сенсорные системы играют важную роль в формировании двигательных навыков?

- а) Зрение, слух, вкус.
- б) Зрение, слух, осязание.
- в) Осязание, вкус, обоняние.

20. Какова роль мотивации в процессе обучения двигательным действиям?

- а) Безразлична, если задание правильное.
- б) Способствует улучшению внимания и усвоению материала.
- в) Имеет значение только для детей.

Вариант №3

1. Что представляет собой принцип "постепенности" в методике обучения двигательным действиям?

- а) Обучение взрослых и детей в одной группе.
- б) Постепенное усложнение задач и увеличение нагрузки.
- в) Беззаветное подчинение инструкциям преподавателя.

2. Какие методы оценки эффективности двигательных действий используются в методике обучения?

- а) Только биомеханические измерения.
- б) Анкетирование студентов.
- в) Объективные и субъективные методы.

3. Что такое "мышечная память" в контексте формирования двигательных навыков?

- а) Возможность быстро освоить новое движение.
- б) Способность мышц запоминать и воспроизводить движения.
- в) Память о том, какие мышцы задействованы в конкретном движении.

4. Какие факторы могут привести к неудачному формированию двигательных навыков?

- а) Только недостаток времени.
- б) Перегрузка тренировок и отсутствие отдыха.
- в) Исключительно генетические особенности.

5. Какое значение имеет понятие "сенсомоторика" в методике обучения двигательным действиям?

- а) Совокупность мышечных ощущений.
- б) Взаимодействие сенсорных и двигательных систем.
- в) Методика обучения спортивной фотографии.

6. Какова роль "подражания" в формировании двигательных навыков?

- а) Бесполезна, если у студента нет индивидуальных способностей.
- б) Помогает улучшить технику выполнения движений.
- в) Не имеет значения для физической подготовки.

7. Какие методы могут использоваться для создания эффективных упражнений по формированию двигательных навыков?

- а) Использование только оборудования.
- б) Систематическое применение разнообразных и адаптивных задач.
- в) Только повторение одних и тех же упражнений.

8. Что представляет собой "закон участия" в методике обучения двигательным действиям?

- а) Все студенты должны быть активно вовлечены в урок.
- б) Ученикам необходимо участвовать в уроках обучения двигательным действиям.
- в) Только самые талантливые ученики должны участвовать.

9. Какова роль игровых элементов в методике обучения двигательным действиям?

- а) Не влияют на эффективность обучения.
- б) Способствуют повышению мотивации и улучшению восприятия учебного материала.
- в) Используются исключительно для развлечения.

10. Какие методы можно применять для коррекции ошибок в выполнении двигательных действий?

- а) Исключительно критика и наказание.
- б) Объяснение правильного варианта выполнения движения и последующая коррекция.
- в) Только самоконтроль ученика.

11. Какие виды обратной связи используются в методике обучения двигательным действиям?

- а) Только устная обратная связь от преподавателя.
- б) Визуальная обратная связь с использованием видеозаписей.
- в) Комбинация различных видов обратной связи.

12. Что такое "динамическая координация" в контексте методики обучения двигательным действиям?

- а) Статическое положение тела при выполнении движения.
- б) Взаимодействие различных частей тела во время движения.
- в) Использование динамита для улучшения физической формы.

13. Как влияет эмоциональное состояние на эффективность обучения двигательным действиям?

- а) Абсолютно не влияет.
- б) Может положительно или отрицательно повлиять на усвоение навыков.
- в) Всегда отрицательно влияет.

14. Какие методы могут применяться для развития координации движений?

- а) Только медитация.

- б) Специализированные упражнения и тренировки.
 - в) Только физическая активность без дополнительных упражнений.
- 15. Какое значение имеет понятие "баланс" в методике обучения двигательным действиям?**
- а) Только отсутствие падений при выполнении движений.
 - б) Способность поддерживать равновесие при выполнении двигательных действий.
 - в) Не влияет на качество движений.
- 16. Как влияет возраст студента на процесс обучения двигательным действиям?**
- а) На молодых студентов методика не влияет.
 - б) Все студенты учатся одинаково.
 - в) Может требовать различных подходов в зависимости от возрастной группы.
- 17. Какие роли могут выполнять партнеры при обучении двигательным действиям в паре?**
- а) Только дополнительная нагрузка.
 - б) Взаимная помощь, соперничество или совместная тренировка.
 - в) Партнеры не влияют на эффективность обучения.
- 18. Какие факторы могут влиять на формирование устойчивых двигательных навыков?**
- а) Только индивидуальные особенности студента.
 - б) Частые изменения методики обучения.
 - в) Регулярная тренировка и повторение.
- 19. Какие методы могут использоваться для развития силы в контексте методики обучения двигательным действиям?**
- а) Только тренировка с гантелями.
 - б) Разнообразные упражнения, включая тяжелые и легкие нагрузки.
 - в) Силовые напитки и добавки.
- 20. Каким образом можно интегрировать технологии в методику обучения двигательным действиям?**
- а) Только для развлекательных целей.
 - б) Использование видеонализа, виртуальных тренажеров и мобильных приложений.
 - в) Технологии не приносят дополнительной пользы в обучении.

Вариант №4

1. Какие физические качества развиваются при выполнении кардио-тренировок?

- а) Сила
- б) Выносливость
- в) Гибкость
- г) Баланс

2. Какой вид тренировок способствует укреплению мышц?

- а) Аэробика
- б) Силовые тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Танцы

3. Какие упражнения способствуют развитию гибкости?

- а) Приседания
- б) Подтягивания
- в) Растяжка
- г) Бег

4. Какова роль тренировок на силовых тренажерах в развитии физических качеств?

- а) Улучшение выносливости
- б) Укрепление мышц
- в) Развитие баланса
- г) Повышение скорости

5. Что представляют собой анаэробные тренировки?

- а) Тренировки с высокой интенсивностью
- б) Тренировки с низкой интенсивностью
- в) Тренировки на длительные дистанции
- г) Тренировки на равномерном темпе

6. Какие факторы влияют на развитие физических качеств?

- а) Питание
- б) Сон
- в) Психологический настрой
- г) Все вышеперечисленное

7. Какие упражнения способствуют развитию кардиореспираторной выносливости?

- а) Жим лежа
- б) Бег
- в) Подтягивания
- г) Приседания

8. Какие методы тренировки применяются для развития скорости?

- а) Интервальные тренировки
- б) Силовые тренировки
- в) Технические упражнения
- г) Растяжка

9. Что такое функциональная тренировка?

- а) Тренировка, направленная на развитие определенной группы мышц
- б) Тренировка, повышающая общую физическую подготовку
- в) Тренировка с использованием специальных тренажеров
- г) Тренировка для улучшения гибкости

10. Какие методы тренировки могут помочь в управлении весом?

- а) Аэробные тренировки
- б) Силовые тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Все вышеперечисленное

11. Что такое тренировка высокой интенсивности?

- а) Тренировка с низкой интенсивностью
- б) Тренировка средней интенсивности
- в) Тренировка, требующая максимальных усилий
- г) Тренировка на длинные дистанции

12. Какие упражнения способствуют развитию координации?

- а) Бег
- б) Силовые тренировки
- в) Упражнения с балансированием
- г) Плавание

13. Как влияет регулярная физическая активность на здоровье сердечно-сосудистой системы?

- а) Повышает риск заболеваний
- б) Улучшает работу сердца
- в) Не оказывает влияния
- г) Уменьшает мышечную массу

14. Какова роль растяжки в тренировочном процессе?

- а) Укрепление мышц
- б) Улучшение гибкости
- в) Развитие силы
- г) Повышение выносливости

15. Какие виды тренировок эффективны для поддержания общей физической формы?

- а) Силовые тренировки
- б) Аэробные тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Все вышеперечисленное

16. Что такое периодизация тренировок?

- а) Постоянная однотипная тренировка
- б) Изменение интенсивности и объема тренировок в течение времени
- в) Отсутствие тренировок в определенные периоды
- г) Тренировка только в определенное время суток

17. Какие принципы следует соблюдать при разработке программы тренировок?

- а) Принцип переутомления

- б) Принцип индивидуализации
- в) Принцип регулярности
- г) Все вышеперечисленное

18. Какие факторы могут влиять на эффективность тренировочного процесса?

- а) Стресс
- б) Правильное питание
- в) Недостаточный отдых
- г) Все вышеперечисленное

19. Какие виды тренировок подходят для людей разного возраста?

- а) Только аэробные тренировки
- б) Только силовые тренировки
- в) Разнообразные виды тренировок, адаптированные к возрасту
- г) Только интервальные тренировки

20. Какие методы можно использовать для повышения мотивации в тренировочном процессе?

- а) Установка конкретных целей
- б) Использование разнообразных тренировок
- в) Участие в соревнованиях
- г) Все вышеперечисленное

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2	Вариант № 3	Вариант № 4
1	б	а	в	б
2	б	а	б	б
3	а	а	в	в
4	б	а	б	б
5	а	б	в	а
6	а	а	б	г
7	б	а	в	б
8	а	а	б	в
9	а	а	в	б
10	б	а	б	г
11	а	б	в	в
12	б	в	в	в
13	б	б	б	б
14	а	в	б	б
15	а	в	в	г
16	а	б	б	б
17	а	в	в	г
18	а	б	в	г
19	а	б	в	в
20	а	в	б	г

Вопросы ко 2-ой рубежной аттестации

1. Каково значение формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом для здоровья человека?
2. Какие основные типы мотивации существуют в контексте занятий физической культурой, и как они влияют на результаты тренировок?
3. Как психологические аспекты могут влиять на формирование мотивации к занятиям спортом?
4. В чем заключается роль тренера в стимулировании и развитии мотивации у спортсменов?

5. Какие методы могут быть использованы для создания положительной атмосферы и мотивационной среды в спортивных коллективах?
6. Как социокультурные факторы влияют на формирование мотивации к физической активности в различных обществах?
7. Какие психологические барьеры могут возникнуть при формировании мотивации к занятиям спортом и как их преодолеть?
8. Какие роли играют индивидуальные особенности личности при формировании мотивации к физической активности?
9. Как различные возрастные группы реагируют на методы стимулирования мотивации в области физической культуры и спорта?
10. Какова роль самомотивации и саморегуляции в долгосрочном сохранении интереса к занятиям физической культурой и спортом?
11. Каково значение планирования учебных занятий в образовательном процессе?
12. Какие основные компоненты включает в себя планирование учебного занятия?
13. Какова роль целей и задач в планировании учебных занятий?
14. Какие методы и подходы можно использовать при планировании вариативных учебных занятий для учащихся с разным уровнем подготовки?
15. Каким образом можно интегрировать современные технологии в процесс планирования учебных занятий?
16. Как учитывать индивидуальные особенности учащихся при планировании занятий?
17. Каким образом оценивается эффективность учебного занятия, и как эта информация используется для дальнейшего планирования?
18. Какие стратегии можно применять для привлечения внимания и удержания интереса, учащихся в процессе учебного занятия?
19. Как оценивать и адаптировать учебные планы в соответствии с требованиями образовательных стандартов?
20. Какова роль дифференциации в процессе планирования учебных занятий для удовлетворения потребностей разнообразных учащихся?
21. Какова роль педагогического контроля на учебных занятиях и почему он важен в образовательном процессе?
22. Какие основные виды педагогического контроля существуют, и как они могут быть применены на учебных занятиях?
23. Как педагог может сбалансировать между поддержанием дисциплины и стимулированием самостоятельности учащихся при использовании педагогического контроля?
24. Какие методы и инструменты можно использовать для оценки успеваемости и понимания материала студентами в ходе учебного процесса?
25. Как педагогический контроль может способствовать формированию мотивации и активной учебной позиции у студентов?

Образец билета ко 2-ой рубежной аттестации

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Тестовое задание
по МДК.02.01 «Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным
программам в области физической культуры и спорта»
II -аттестация
Вариант № ____

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ										

Вариант №1

1.Что является ключевым фактором формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом?

- а) Внешние поощрения и награды
- б) Внутреннее желание и удовлетворение
- в) Давление со стороны окружающих
- г) Случайные обстоятельства

2.Какие факторы могут повлиять на уровень мотивации к занятиям физической активностью?

- а) Здоровье
- б) Социальная поддержка
- в) Перегруженность работой или учебой
- г) Все выше перечисленные

3.Какое из следующих утверждений наилучшим образом описывает внутреннюю мотивацию?

- а) Ожидание внешней награды
- б) Желание саморазвития и достижения
- в) Давление со стороны окружающих
- г) Отсутствие интереса к физической активности

4.Какие стратегии можно использовать для развития мотивации к занятиям спортом?

- а) Установка конкретных целей
- б) Поддержка со стороны окружающих
- в) Создание интересных тренировок
- г) Все выше перечисленные

5.Как воспитать мотивацию у детей к физической активности?

- а) Ограничить время, проводимое перед экранами устройств
- б) Предоставить выбор вида физической активности
- в) Поощрять достижения и усилия
- г) Все выше перечисленные

6.Какие факторы могут снизить мотивацию к занятиям спортом?

- а) Негативный опыт или травмы
- б) Отсутствие социальной поддержки
- в) Низкая самооценка
- г) Все выше перечисленные

7.Что такое внешняя мотивация?

- а) Желание саморазвития
- б) Давление со стороны окружающих
- в) Удовлетворение от самой деятельности
- г) Внутреннее стремление к достижению целей

8.Какие типы мотивации существуют согласно теории самоопределения?

- а) Внутренняя, внешняя, аморфная
- б) Автономная, контролируемая, смешанная
- в) Интрузивная, экструзивная, стабильная
- г) Все выше перечисленные

9.Какие факторы могут повлиять на формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой?

- а) Уровень самоэффективности
- б) Возможность выбора активности
- в) Поддержка со стороны тренера
- г) Все выше перечисленные

10. Что такое эффект "flow" в контексте занятий спортом?

- а) Состояние полной гармонии с деятельностью
- б) Отсутствие мотивации
- в) Зависимость от внешних поощрений
- г) Отсутствие интереса к физической активности

11. Какие методы можно применить для стимулирования внутренней мотивации к физической активности?

- а) Предоставление выбора вида занятий
- б) Установка внешних поощрений
- в) Сравнение с другими участниками
- г) Игнорирование индивидуальных предпочтений

12. Какие роли играют личные цели в формировании мотивации к спорту?

- а) Они могут быть источником внутренней мотивации
- б) Они всегда приводят к сравнению с другими
- в) Цели не влияют на мотивацию
- г) Лучше не ставить цели, чтобы избежать стресса

13. Какие факторы могут способствовать долгосрочной устойчивой мотивации к занятиям спортом?

- а) Регулярная обратная связь
- б) Разнообразие вида тренировок
- в) Отсутствие ясных целей
- г) Изоляция от окружающих

14. Как влияет социальная поддержка на мотивацию к физической активности?

- а) Увеличивает вероятность участия в занятиях
- б) Негативно влияет на самооценку
- в) Не имеет значения для мотивации
- г) Уменьшает интерес к тренировкам

15. Какие роли могут играть тренеры в развитии мотивации у своих подопечных?

- а) Мотивировать и вдохновлять
- б) Сравнить с другими спортсменами
- в) Игнорировать индивидуальные потребности
- г) Не обращать внимания на психологическое состояние

16. Какие психологические препятствия могут возникнуть при формировании мотивации к физической активности?

- а) Страх неудачи
- б) Отсутствие социальной поддержки
- в) Недостаток знаний о пользе спорта
- г) Все вышеперечисленные

17. Как повысить мотивацию в групповых занятиях по физической активности?

- а) Стимулировать внутреннюю конкуренцию
- б) Способствовать взаимной поддержке
- в) Исключить индивидуальные цели
- г) Ограничить выбор участников

18. Какие роли играет индивидуальная самооценка в формировании мотивации?

- а) Она может быть фактором внутренней мотивации
- б) Влияет только на внешнюю мотивацию
- в) Самооценка не важна для мотивации
- г) Самооценка всегда негативно влияет на мотивацию

19. Какие стратегии можно использовать для преодоления трудностей в формировании мотивации?

- а) Разработка реалистичных целей
- б) Игнорирование проблем
- в) Осуждение себя за неудачи
- г) Постановка неосуществимых задач

20. Как влияют внешние поощрения на уровень мотивации к занятиям физической активностью?

- а) Могут стать стимулом краткосрочной мотивации
- б) Не влияют на мотивацию
- в) Всегда приводят к устойчивой мотивации
- г) Внешние поощрения приводят к стрессу и демотивации

Вариант №2

1.Какие факторы могут способствовать формированию устойчивой мотивации к занятиям спортом в детском возрасте?

- а) Родительская поддержка
- б) Принуждение к тренировкам
- в) Отсутствие выбора активности
- г) Несогласие с детскими желаниями

2.Как влияет эмоциональное состояние на мотивацию к физической активности?

- а) Положительные эмоции могут усилить мотивацию
- б) Эмоции не влияют на мотивацию
- в) Отрицательные эмоции всегда снижают мотивацию
- г) Эмоциональное состояние влияет только на внешнюю мотивацию

3.Какие методы развития мотивации можно использовать в образовательных учреждениях?

- а) Внедрение интересных программ
- б) Игнорирование индивидуальных потребностей
- в) Ограничение выбора видов занятий
- г) Все выше перечисленные

4.Какие типы мотивации могут существовать у одного человека одновременно?

- а) Только внутренняя
- б) Только внешняя
- в) Смешанная
- г) Внутренняя и аморфная

5.Какие роли могут играть соревнования в формировании мотивации?

- а) Способствовать внутренней мотивации
- б) Повышать уровень стресса
- в) Негативно влиять на самооценку
- г) Все вышеперечисленные

6.Как влияет возраст на мотивацию к занятиям физической культурой?

- а) С возрастом мотивация всегда снижается
- б) Возраст не влияет на мотивацию
- в) Мотивация может изменяться в разные периоды жизни
- г) Мотивация зависит только от физического состояния

7.Как использование технологий может повлиять на мотивацию к физической активности?

- а) Технологии всегда снижают мотивацию
- б) Могут стать стимулом для занятий
- в) Не влияют на мотивацию
- г) Использование технологий приводит к зависимости

8.Как влияет индивидуальное восприятие тела на мотивацию к занятиям спортом?

- а) Положительное восприятие тела может усилить мотивацию
- б) Отрицательное восприятие тела всегда снижает мотивацию
- в) Восприятие тела не влияет на мотивацию
- г) Индивидуальное восприятие тела зависит только от внешних факторов

9.Как внутренняя мотивация отличается от внешней в контексте занятий спортом?

- а) Внутренняя мотивация исходит из внешних поощрений
- б) Внутренняя мотивация основана на личных интересах и ценностях
- в) Внутренняя мотивация всегда является результатом социального давления
- г) Внешняя мотивация не существует

10.Как важен выбор подходящей физической активности для формирования мотивации?

- а) Не важен, любая активность подходит
- б) Выбор активности может увеличить интерес и мотивацию
- в) Лучше не предоставлять выбор, чтобы избежать конфликтов

г) Выбор активности всегда приводит к негативным последствиям

11. Что включает в себя процесс планирования учебного занятия?

- а) Только выбор темы
- б) Выбор темы, целей, методов и оценки
- в) Определение продолжительности занятия

12. Какой компонент необходимо включить в цели учебного занятия?

- а) Только активность учеников
- б) Только материал для чтения
- в) Знания, умения и/или отношения

13. Какие шаги включает в себя разработка учебного плана?

- а) Только написание плана
- б) Определение целей, выбор методов, разработка материалов
- в) Проведение учебного занятия

14. Какое значение имеет оценка в процессе планирования учебного занятия?

- а) Оценка не имеет значения
- б) Оценка помогает учителю понять эффективность занятия
- в) Оценка необходима только для учеников

15. Какие методы эффективны при планировании учебных занятий?

- а) Только лекции
- б) Разнообразные методы в зависимости от целей и содержания
- в) Только групповая работа

16. Что важно учитывать при выборе методов обучения?

- а) Только предпочтения учителя
- б) Способности учеников и цели обучения
- в) Только доступность материалов

17. Какова роль мотивации в процессе учебного занятия?

- а) Мотивация не важна
- б) Мотивация помогает ученикам лучше усваивать материал
- в) Мотивация важна только для учителя

18. Каким образом учитывается дифференциация в учебном плане?

- а) Дифференциация не требуется
- б) Использование различных методов и материалов для разных уровней учеников
- в) Только различные темы для каждого ученика

19. Как можно оценить эффективность учебного занятия?

- а) Только по отзывам учеников
- б) По достижению поставленных целей и результатам оценок
- в) Только по своему субъективному мнению учителя

20. Какие факторы следует учитывать при планировании времени урока?

- а) Только продолжительность урока
- б) Разнообразие активностей, перерывы, индивидуальная работа
- в) Только распределение материала

Вариант №3

1. Какую роль играют технологии в планировании и проведении учебных занятий?

- а) Технологии не имеют значения
- б) Технологии могут обогатить учебный процесс и сделать его более интересным
- в) Технологии полностью заменяют традиционные методы обучения

2. Какие аспекты следует учитывать при организации групповой работы на уроке?

- а) Только количество участников
- б) Распределение ролей, обеспечение взаимодействия и обратная связь
- в) Только продолжительность работы в группах

3. Почему важно учитывать индивидуальные особенности учеников при планировании урока?

- а) Индивидуальные особенности не имеют значения
- б) Это способствует удовлетворению запросов каждого ученика и повышению мотивации
- в) Только для предотвращения конфликтов

4. Какие принципы эффективной коммуникации важны при проведении урока?

- а) Только четкость и громкость речи
- б) Активное слушание, ясность выражения мыслей, учет языковых особенностей учеников
- в) Только использование визуальных материалов

5. Как можно содействовать взаимодействию учащихся в рамках урока?

- а) Только установкой четких правил
- б) Организацией коллективных задач и дискуссий
- в) Только индивидуальной работой

6. Какой метод оценивания эффективен для измерения понимания материала учениками?

- а) Только устные опросы
- б) Работа с письменными заданиями и тестами
- в) Только проектные работы

7. Как организовать самостоятельную работу учеников после урока?

- а) Только домашними заданиями
- б) Составлением планов учебной деятельности
- в) Только прочтением учебных материалов

8. Почему важно рефлексировать после проведения учебного занятия?

- а) Рефлексия не приносит пользы
- б) Это способствует выявлению успешных методов и коррекции ошибок
- в) Только для удовлетворения требований учебного плана

9. Какова роль обратной связи в учебном процессе?

- а) Обратная связь не имеет значения
- б) Она помогает учащимся понять свои ошибки и совершенствоваться
- в) Только для оценки работы учителя

10. Какие методы можно использовать для активизации учащихся на уроке?

- а) Только лекции
- б) Игры, дискуссии, практические задания
- в) Только индивидуальная работа

11. Какие принципы следует соблюдать при оценке учебных достижений учеников?

- а) Только объективность
- б) Ясность критериев и справедливость
- в) Только соблюдение сроков

12. Как организовать интерактивные методы обучения на уроке?

- а) Только использование учебников
- б) Использование видеоматериалов и проведение дискуссий
- в) Только традиционные методы

13. Как включить элементы творчества в учебный процесс?

- а) Только через проектную деятельность
- б) Разнообразные творческие задания и поощрение идей
- в) Только через художественные кружки

14. Как избежать монотонности в ходе учебного занятия?

- а) Только сменой темы
- б) Разнообразие методов, использование интересных примеров, вопросы и обсуждение
- в) Только короткими перерывами

15. Какая роль отводится обратной связи от учеников в процессе обучения?

- а) Обратная связь не важна
- б) Она помогает учителю лучше адаптировать методы обучения
- в) Только для формальной оценки ученической активности

16. Почему важно учитывать разные стили обучения учеников?

- а) Различия в стилях обучения не существуют
- б) Это позволяет адаптировать уроки под индивидуальные потребности каждого ученика
- в) Только для предотвращения конфликтов

17. Каким образом можно внедрить элементы проектной деятельности в учебный процесс?

- а) Только через проведение проектных недель
- б) Использование проектов как формы оценки и активизации учащихся
- в) Только в старших классах

18. Какие принципы следует соблюдать при выборе учебных материалов?

- а) Только актуальность и доступность
- б) Соответствие уровню сложности, интерес и разнообразие
- в) Только согласование с учебником

19. Какие факторы влияют на успешность урока?

- а) Только уровень подготовки учителя
- б) Взаимодействие всех компонентов учебного процесса, включая мотивацию учеников и организацию времени
- в) Только техническое оснащение класса

20. Почему важно предоставлять возможность для саморегуляции учеников?

- а) Саморегуляция не имеет значения
- б) Это способствует развитию самостоятельности и ответственности
- в) Только для уменьшения нагрузки на учителя

Вариант №4

1. Что представляет собой педагогический контроль?

- а) Оценка знаний студентов
- б) Процесс проверки и оценки образовательных достижений
- в) Способ поддержания дисциплины в классе
- г) Все вышеперечисленное

2. Какие основные виды педагогического контроля существуют?

- а) Текущий контроль
- б) Промежуточный контроль
- в) Итоговый контроль
- г) Все вышеперечисленные

3. Какие методы педагогического контроля можно использовать на учебных занятиях?

- а) Устные вопросы
- б) Письменные тесты
- в) Практические задания
- г) Все вышеперечисленные

4. Какое значение имеет обратная связь в процессе педагогического контроля?

- а) Облегчает оценку студентов
- б) Помогает студентам понять свои ошибки
- в) Способствует улучшению учебного процесса
- г) Все вышеперечисленные

5. Что такое диагностический контроль?

- а) Контроль, направленный на выявление уровня знаний студентов перед началом обучения
- б) Контроль, проводимый в конце учебного периода
- в) Контроль, направленный на оценку текущего уровня знаний студентов
- г) Все вышеперечисленные

6. Какова цель текущего контроля?

- а) Оценка знаний студентов в конце учебного периода
- б) Оценка текущего уровня знаний студентов
- в) Оценка промежуточных достижений
- г) Все вышеперечисленное

7. Какие особенности промежуточного контроля?

- а) Проводится после завершения учебного курса
- б) Оценивает студентов в середине учебного периода
- в) Сосредотачивается на общем уровне знаний
- г) Все вышеперечисленное

8. Что включает в себя итоговый контроль?

- а) Экзамены
- б) Зачеты
- в) Завершающие проекты
- г) Все вышеперечисленное

9. Какие факторы следует учитывать при выборе методов контроля?

- а) Характер предмета

- б) Уровень подготовки студентов
- в) Цели обучения
- г) Все вышеперечисленное

10. Какова роль самооценки студентов в педагогическом контроле?

- а) Оценка, проводимая преподавателем
- б) Оценка, проводимая студентами сами собой
- в) Оценка, проводимая коллективом студентов
- г) Все вышеперечисленное

11. Что такое формативная оценка?

- а) Оценка, проводимая в конце учебного периода
- б) Оценка, направленная на коррекцию обучения в процессе
- в) Оценка, проводимая только преподавателем
- г) Все вышеперечисленное

12. Какие проблемы может решать педагогический контроль?

- а) Выявление пропусков в знаниях студентов
- б) Коррекция учебного процесса
- в) Оценка эффективности методик преподавания
- г) Все вышеперечисленное

13. Какие методы обратной связи эффективны в педагогическом контроле?

- а) Устные комментарии преподавателя
- б) Письменные замечания
- в) Групповое обсуждение результатов
- г) Все вышеперечисленное

14. Какова роль рефлексии в педагогическом контроле?

- а) Повторение материала перед экзаменом
- б) Анализ учебного процесса и результатов
- в) Оценка деятельности преподавателя
- г) Все вышеперечисленное

15. Что такое портфолио студента?

- а) Сборник лучших работ студента
- б) Документ, содержащий результаты педагогического контроля
- в) Оценочная ведомость
- г) Все вышеперечисленное

16. Какие трудности могут возникнуть при проведении педагогического контроля?

- а) Недостаток времени
- б) Отсутствие объективности оценки
- в) Разнообразие стилей обучения студентов
- г) Все вышеперечисленное

17. Какие принципы эффективного педагогического контроля?

- а) Четкость и ясность критериев оценки
- б) Регулярность проведения контроля
- в) Уважение к индивидуальным особенностям студентов
- г) Все вышеперечисленное

18. Какую роль играет мотивация студентов в контроле за учебным процессом?

- а) Отрицательную
- б) Нейтральную
- в) Положительную
- г) Все вышеперечисленное

19. Какова роль тестирования в педагогическом контроле?

- а) Оценка письменных работ студентов
- б) Проверка знаний по определенным критериям
- в) Оценка навыков практического применения знаний
- г) Все вышеперечисленное

20. Как можно повысить эффективность педагогического контроля?

- а) Использование разнообразных методов контроля
- б) Обеспечение обратной связи

- в) Адаптация контроля под индивидуальные особенности студентов
 г) Все вышеперечисленное

Критерии оценивания рубежной аттестации:

Количество вопросов	Оценка
16-20	аттестован
11-15	
6-10	
6-10	не аттестован
0-5	

Аттестован - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 6-20 вопросов.

Не аттестован - выставляется обучающемуся, который ответил менее 5 вопроса.

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2	Вариант № 3	Вариант № 4
1	б	а	б	г
2	г	а	б	г
3	б	а	б	г
4	г	а	б	г
5	г	а	б	а
6	г	в	б	б
7	б	б	б	б
8	б	а	б	г
9	г	б	б	г
10	а	б	б	г
11	а	б	б	б
12	а	в	б	г
13	г	б	б	г
14	а	б	б	б
15	а	б	б	г
16	г	в	б	г
17	б	б	б	г
18	а	б	б	г
19	а	б	б	г
20	а	б	б	г

Вопросы к экзамену по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

1. Какие цели ставит перед собой организация учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта?
2. Какие принципы и методы организации обучения используются при проведении дополнительных занятий по физической культуре?
3. Каким образом определяется содержание дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта?
4. Какова роль педагога в организации учебного процесса по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта?
5. Какие методы мотивации используются для привлечения учащихся к участию в дополнительных программах по физической культуре?
6. Каким образом оценивается успешность и эффективность учебных занятий в области физической культуры и спорта?

7. Какие технические и материальные ресурсы необходимы для проведения дополнительных образовательных программ в данной области?
8. Как учитываются индивидуальные особенности учащихся при организации дополнительных занятий по физической культуре?
9. Какова роль современных технологий в учебном процессе по дополнительным программам в области физической культуры и спорта?
10. Какие вызовы и перспективы существуют в организации дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта в современном образовательном контексте?
11. Каковы основные принципы методики обучения двигательным действиям?
12. Какие этапы развития двигательных навыков ученика предусмотрены в методике обучения?
13. Какие методы и приемы используются для формирования правильной техники двигательных действий?
14. Какова роль демонстрации в процессе обучения двигательным навыкам?
15. Как учитываются индивидуальные особенности учеников при применении методики обучения двигательным действиям?
16. Каким образом определяются цели обучения двигательным навыкам и как они соотносятся с общими целями образования?
17. Какие факторы влияют на успешность применения методики обучения двигательным действиям?
18. Как организован процесс обратной связи в рамках методики обучения двигательным навыкам?
19. Как использование современных технологий влияет на эффективность методики обучения двигательным действиям?
20. Какие практические методы проверки и оценки уровня усвоения двигательных навыков студентами предусмотрены в методике обучения?
21. Каковы основные физические качества, подлежащие развитию, и почему они важны для общего физического состояния человека?
22. Какие методы и подходы применяются при разработке программы развития физических качеств?
23. Как учитываются индивидуальные особенности учащихся при составлении методики развития физических качеств?
24. Как оценивается эффективность методики развития физических качеств, и какие критерии используются для измерения прогресса?
25. Какие ресурсы и оборудование требуются для успешной реализации методики развития физических качеств в учебном процессе?
26. Каково значение формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом для здоровья человека?
27. Какие основные типы мотивации существуют в контексте занятий физической культурой, и как они влияют на результаты тренировок?
28. Как психологические аспекты могут влиять на формирование мотивации к занятиям спортом?
29. В чем заключается роль тренера в стимулировании и развитии мотивации у спортсменов?
30. Какие методы могут быть использованы для создания положительной атмосферы и мотивационной среды в спортивных коллективах?
31. Как социокультурные факторы влияют на формирование мотивации к физической активности в различных обществах?
32. Какие психологические барьеры могут возникнуть при формировании мотивации к занятиям спортом и как их преодолеть?
33. Какие роли играют индивидуальные особенности личности при формировании мотивации к физической активности?

Вариант №1

1.Какие основные цели дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта?

- а) Развитие интеллекта
- б) Формирование физической активности и здорового образа жизни
- в) Изучение иностранных языков
- г) Развитие искусств

2.Какие методы организации учебных занятий являются наиболее эффективными для дополнительных программ по физической культуре?

- а) Теоретические лекции
- б) Практические занятия и тренировки
- в) Чтение учебных материалов в домашних условиях
- г) Прохождение тестов без физической активности

3.Какие преимущества приносит организация дополнительных программ для физической культуры и спорта для обучающихся?

- а) Развитие социальных навыков
- б) Снижение физической активности
- в) Увеличение времени, проведенного за компьютером
- г) Уменьшение интереса к занятиям

4.Какие критерии эффективной оценки успехов обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Отсутствие оценок
- б) Физическая подготовка
- в) Восприятие социальных норм
- г) Прогресс и достижения в физических упражнениях

5.Какие меры безопасности должны соблюдаться при проведении физических занятий в рамках дополнительных программ?

- а) Наличие профессионального инструктора
- б) Проведение занятий без медицинского осмотра
- в) Отсутствие средств для оказания первой помощи
- г) Наличие оборудования без необходимых сертификатов

6.Какие основные принципы планирования учебных занятий по дополнительным программам в области физической культуры?

- а) Индивидуализация занятий
- б) Применение однородных методов для всех учащихся
- в) Отсутствие учета физического состояния обучающихся
- г) Уменьшение времени на физическую активность

7.Какие возможности предоставляются обучающимся в рамках дополнительных программ по физической культуре для развития лидерских качеств?

- а) Участие в соревнованиях и командных мероприятиях
- б) Исключение участия в групповых проектах
- в) Пассивное наблюдение за занятиями
- г) Отсутствие обратной связи от инструкторов

8.Какие формы контроля знаний могут быть применены при оценке успеваемости обучающихся в дополнительных программах по физической культуре?

- а) Письменные тесты
- б) Устные интервью
- в) Физические тесты
- г) Прохождение экзаменов вне класса

9.Каким образом можно мотивировать обучающихся к участию в дополнительных программах по физической культуре?

- а) Предоставление наград и поощрений
- б) Исключение любых форм мотивации
- в) Отсутствие возможности участия в соревнованиях
- г) Отмена ежемесячных отчетов

10. Какие темы могут включаться в учебный план дополнительных программ по физической культуре для повышения общей культуры обучающихся?

- а) История физической культуры
- б) Только физические упражнения
- в) Политические дискуссии
- г) География мировых спортивных событий

11. Какие методы поддержки физической активности можно предложить для обучающихся вне учебного времени?

- а) Формирование внеклассных спортивных клубов
- б) Запрет на занятия вне учебного времени
- в) Разрешение на игры в компьютерные игры
- г) Запрет на участие в спортивных мероприятиях

12. Какие ресурсы и оборудование необходимо для успешной реализации дополнительных программ по физической культуре?

- а) Компьютеры и интернет
- б) Специализированное спортивное оборудование
- в) Только книги и учебники
- г) Отсутствие необходимости в оборудовании

13. Как оценивается эффективность проведенных занятий в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Оценка физического состояния обучающихся
- б) Пропуск занятий
- в) Отсутствие отзывов и обратной связи
- г) Только учебные достижения

14. Каким образом можно содействовать распространению информации о дополнительных программах по физической культуре среди обучающихся?

- а) Создание информационных буклетов и рекламных материалов
- б) Отказ от рекламы
- в) Использование только устного рекламного обращения
- г) Исключение любых форм информирования

15. Какие преимущества могут предоставить обучающимся участие в международных соревнованиях по физической культуре?

- а) Расширение круга общения и межкультурное обмен опытом
- б) Ограничение общения с представителями других стран
- в) Уменьшение интереса к физической активности
- г) Отсутствие пользы от участия в международных мероприятиях

16. Как оценить уровень безопасности занятий в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Проведение аудита безопасности
- б) Игнорирование вопросов безопасности
- в) Проведение занятий без контроля
- г) Запрет на физическую активность

17. Какие формы обратной связи могут использоваться для оценки удовлетворенности обучающихся дополнительными программами по физической культуре?

- а) Анкетирование
- б) Отсутствие обратной связи
- в) Исключение любых форм оценки
- г) Только устные высказывания

18. Каким образом можно интегрировать элементы дополнительных программ по физической культуре в основное образование?

- а) Разработка интегрированных учебных модулей
- б) Исключение интеграции
- в) Продление учебного времени
- г) Исключение дополнительных программ из образовательного процесса

19. Какие практики могут содействовать созданию положительной атмосферы в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация спортивных мероприятий и фестивалей
- б) Игнорирование праздников и торжеств
- в) Запрет на любые мероприятия
- г) Ограничение контактов между обучающимися

20. Какие методы могут помочь обучающимся справляться со стрессом в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Использование методов релаксации
- б) Запрет на обсуждение эмоционального состояния
- в) Исключение физических упражнений
- г) Игнорирование эмоционального состояния обучающихся

21. Каким образом можно организовать эффективное взаимодействие между преподавателями и обучающимися в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Проведение регулярных консультаций и бесед
- б) Отсутствие контактов между преподавателями и обучающимися
- в) Прекращение взаимодействия во время учебных занятий
- г) Отказ от взаимодействия вне аудитории

22. Какие возможности для развития творческих способностей можно предоставить обучающимся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация творческих проектов и выступлений
- б) Исключение творческих аспектов из программы
- в) Ограничение обучения только физическим упражнениям
- г) Запрет на выражение творческих идей

23. Какие методы могут способствовать развитию самодисциплины и ответственности у обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Установление четких правил и регулярных проверок выполнения заданий
- б) Отсутствие правил и контроля
- в) Исключение обязательств
- г) Запрет на проверку выполнения заданий

24. Какие формы поддержки и сотрудничества могут существовать между дополнительными программами по физической культуре и родителями обучающихся?

- а) Регулярные родительские встречи и отчеты о прогрессе
- б) Исключение родителей из образовательного процесса
- в) Отсутствие контактов с родителями
- г) Отказ от взаимодействия с родителями

25. Каким образом можно содействовать формированию у обучающихся позитивного отношения к физической активности в долгосрочной перспективе?

- а) Создание интересных и разнообразных уроков
- б) Отказ от организации интересных уроков
- в) Ограничение физической активности
- г) Запрет на проведение уроков по физической культуре

26. Какие методы оценки физической активности могут использоваться в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Тестирование на гибкость и выносливость
- б) Оценка по исключительно теоретическим тестам
- в) Игнорирование оценки физической активности
- г) Оценка только по общему поведению в классе

27. Каким образом можно адаптировать дополнительные программы по физической культуре для обучающихся с ограниченными физическими возможностями?

- а) Индивидуализация занятий и использование специализированного оборудования
- б) Исключение участия обучающихся с ограниченными возможностями
- в) Проведение занятий без учета особенностей каждого обучающегося
- г) Отказ от адаптации программы

28. Какие ресурсы могут быть использованы для поддержки дополнительных программ по физической культуре в местном сообществе?

- а) Вовлечение местных спортивных клубов и тренеров
- б) Изоляция программы от местного сообщества

- в) Отсутствие поддержки местных организаций
- г) Игнорирование местных ресурсов

29. Какие меры могут содействовать созданию позитивного конкурентного духа среди обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация соревнований и стимулирование достижений
- б) Запрет участия в соревнованиях
- в) Игнорирование индивидуальных успехов
- г) Ограничение общения между обучающимися

30. Каким образом можно поддерживать постоянный интерес обучающихся к дополнительным программам по физической культуре?

- а) Постоянное обновление содержания программы и внесение изменений
- б) Отказ от изменений в программе
- в) Ограничение разнообразия занятий
- г) Игнорирование обратной связи обучающихся

31. Что такое методика обучения двигательным действиям?

- а) Система правил для вождения автомобиля.
- б) Методы преподавания физической культуры.
- в) Подходы к обучению двигательным навыкам.

32. Какие основные этапы включает в себя методика обучения двигательным действиям?

- а) Подготовительный, формировочный, заключительный.
- б) Теоретический, практический, экзаменационный.
- в) Изучение, тренировка, оценка.

33. Какова роль обратной связи в процессе обучения двигательным действиям?

- а) Не важна, главное выполнение задания.
- б) Помогает студентам понять свои ошибки и улучшить навыки.
- в) Используется только на начальных этапах обучения.

34. Какие факторы влияют на эффективность методики обучения двигательным действиям?

- а) Только уровень физической подготовленности студента.
- б) Педагогические навыки преподавателя, мотивация студента, условия обучения.
- в) Только наличие необходимого оборудования.

35. Какой подход к обучению двигательным навыкам считается наиболее эффективным?

- а) Только индивидуальные занятия.
- б) Только групповые занятия.
- в) Индивидуализированный подход, учитывающий особенности каждого студента.

36. Какое значение имеет понятие "моторика" в контексте методики обучения двигательным действиям?

- а) Электрическая активность мышц.
- б) Способность выполнять двигательные действия.
- в) Уровень выносливости организма.

37. Какие принципы должны учитываться при разработке методики обучения физической подготовке?

- а) Единообразии и неизменности задач.
- б) Индивидуализации и прогрессивности.
- в) Сравнении и соперничестве.

38. Что включает в себя фаза "анализа" при обучении новому двигательному навыку?

- а) Изучение теоретических основ навыка.
- б) Разбор движения на составные элементы.
- в) Оценка эффективности движения.

39. Какие сенсорные системы играют важную роль в формировании двигательных навыков?

- а) Зрение, слух, вкус.
- б) Зрение, слух, осязание.
- в) Осязание, вкус, обоняние.

40. Какова роль мотивации в процессе обучения двигательным действиям?

- а) Безразлична, если задание правильное.
- б) Способствует улучшению внимания и усвоению материала.
- в) Имеет значение только для детей.

Вариант №2

1.Что представляет собой принцип "постепенности" в методике обучения двигательным действиям?

- а) Обучение взрослых и детей в одной группе.
- б) Постепенное усложнение задач и увеличение нагрузки.
- в) Беззаветное подчинение инструкциям преподавателя.

2.Какие методы оценки эффективности двигательных действий используются в методике обучения?

- а) Только биомеханические измерения.
- б) Анкетирование студентов.
- в) Объективные и субъективные методы.

3.Что такое "мышечная память" в контексте формирования двигательных навыков?

- а) Возможность быстро освоить новое движение.
- б) Способность мышц запоминать и воспроизводить движения.
- в) Память о том, какие мышцы задействованы в конкретном движении.

4.Какие факторы могут привести к неудачному формированию двигательных навыков?

- а) Только недостаток времени.
- б) Перегрузка тренировок и отсутствие отдыха.
- в) Исключительно генетические особенности.

5.Какое значение имеет понятие "сенсомоторика" в методике обучения двигательным действиям?

- а) Совокупность мышечных ощущений.
- б) Взаимодействие сенсорных и двигательных систем.
- в) Методика обучения спортивной фотографии.

6.Какова роль "подражания" в формировании двигательных навыков?

- а) Бесполезна, если у студента нет индивидуальных способностей.
- б) Помогает улучшить технику выполнения движений.
- в) Не имеет значения для физической подготовки.

7.Какие методы могут использоваться для создания эффективных упражнений по формированию двигательных навыков?

- а) Использование только оборудования.
- б) Систематическое применение разнообразных и адаптивных задач.
- в) Только повторение одних и тех же упражнений.

8.Что представляет собой "закон участия" в методике обучения двигательным действиям?

- а) Все студенты должны быть активно вовлечены в урок.
- б) Ученикам необходимо участвовать в уроках обучения двигательным действиям.
- в) Только самые талантливые ученики должны участвовать.

9.Какова роль игровых элементов в методике обучения двигательным действиям?

- а) Не влияют на эффективность обучения.
- б) Способствуют повышению мотивации и улучшению восприятия учебного материала.
- в) Используются исключительно для развлечения.

10.Какие методы можно применять для коррекции ошибок в выполнении двигательных действий?

- а) Исключительно критика и наказание.
- б) Объяснение правильного варианта выполнения движения и последующая коррекция.
- в) Только самоконтроль ученика.

11.Какие виды обратной связи используются в методике обучения двигательным действиям?

- а) Только устная обратная связь от преподавателя.
- б) Визуальная обратная связь с использованием видеозаписей.
- в) Комбинация различных видов обратной связи.

12.Что такое "динамическая координация" в контексте методики обучения двигательным действиям?

- а) Статическое положение тела при выполнении движения.
- б) Взаимодействие различных частей тела во время движения.
- в) Использование динамита для улучшения физической формы.

13. Как влияет эмоциональное состояние на эффективность обучения двигательным действиям?

- а) Абсолютно не влияет.
- б) Может положительно или отрицательно повлиять на усвоение навыков.
- в) Всегда отрицательно влияет.

14. Какие методы могут применяться для развития координации движений?

- а) Только медитация.
- б) Специализированные упражнения и тренировки.
- в) Только физическая активность без дополнительных упражнений.

15. Какое значение имеет понятие "баланс" в методике обучения двигательным действиям?

- а) Только отсутствие падений при выполнении движений.
- б) Способность поддерживать равновесие при выполнении двигательных действий.
- в) Не влияет на качество движений.

16. Как влияет возраст студента на процесс обучения двигательным действиям?

- а) На молодых студентов методика не влияет.
- б) Все студенты учатся одинаково.
- в) Может требовать различных подходов в зависимости от возрастной группы.

17. Какие роли могут выполнять партнеры при обучении двигательным действиям в паре?

- а) Только дополнительная нагрузка.
- б) Взаимная помощь, соперничество или совместная тренировка.
- в) Партнеры не влияют на эффективность обучения.

18. Какие факторы могут влиять на формирование устойчивых двигательных навыков?

- а) Только индивидуальные особенности студента.
- б) Частые изменения методики обучения.
- в) Регулярная тренировка и повторение.

19. Какие методы могут использоваться для развития силы в контексте методики обучения двигательным действиям?

- а) Только тренировка с гантелями.
- б) Разнообразные упражнения, включая тяжелые и легкие нагрузки.
- в) Силовые напитки и добавки.

20. Каким образом можно интегрировать технологии в методику обучения двигательным действиям?

- а) Только для развлекательных целей.
- б) Использование видеоанализа, виртуальных тренажеров и мобильных приложений.
- в) Технологии не приносят дополнительной пользы в обучении.

21. Какие физические качества развиваются при выполнении кардио-тренировок?

- а) Сила
- б) Выносливость
- в) Гибкость
- г) Баланс

22. Какой вид тренировок способствует укреплению мышц?

- а) Аэробика
- б) Силовые тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Танцы

23. Какие упражнения способствуют развитию гибкости?

- а) Приседания
- б) Подтягивания
- в) Растяжка
- г) Бег

24. Какова роль тренировок на силовых тренажерах в развитии физических качеств?

- а) Улучшение выносливости
- б) Укрепление мышц
- в) Развитие баланса
- г) Повышение скорости

25. Что представляют собой анаэробные тренировки?

- а) Тренировки с высокой интенсивностью
- б) Тренировки с низкой интенсивностью
- в) Тренировки на длительные дистанции
- г) Тренировки на равномерном темпе

26. Какие факторы влияют на развитие физических качеств?

- а) Питание
- б) Сон
- в) Психологический настрой
- г) Все вышеперечисленное

27. Какие упражнения способствуют развитию кардиореспираторной выносливости?

- а) Жим лежа
- б) Бег
- в) Подтягивания
- г) Приседания

28. Какие методы тренировки применяются для развития скорости?

- а) Интервальные тренировки
- б) Силовые тренировки
- в) Технические упражнения
- г) Растяжка

29. Что такое функциональная тренировка?

- а) Тренировка, направленная на развитие определенной группы мышц
- б) Тренировка, повышающая общую физическую подготовку
- в) Тренировка с использованием специальных тренажеров
- г) Тренировка для улучшения гибкости

30. Какие методы тренировки могут помочь в управлении весом?

- а) Аэробные тренировки
- б) Силовые тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Все вышеперечисленное

31. Что такое тренировка высокой интенсивности?

- а) Тренировка с низкой интенсивностью
- б) Тренировка средней интенсивности
- в) Тренировка, требующая максимальных усилий
- г) Тренировка на долгие дистанции

32. Какие упражнения способствуют развитию координации?

- а) Бег
- б) Силовые тренировки
- в) Упражнения с балансированием
- г) Плавание

33. Как влияет регулярная физическая активность на здоровье сердечно-сосудистой системы?

- а) Повышает риск заболеваний
- б) Улучшает работу сердца
- в) Не оказывает влияния
- г) Уменьшает мышечную массу

34. Какова роль растяжки в тренировочном процессе?

- а) Укрепление мышц
- б) Улучшение гибкости
- в) Развитие силы
- г) Повышение выносливости

35. Какие виды тренировок эффективны для поддержания общей физической формы?

- а) Силовые тренировки
- б) Аэробные тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Все вышеперечисленное

36. Что такое периодизация тренировок?

- а) Постоянная однотипная тренировка

- б) Изменение интенсивности и объема тренировок в течение времени
- в) Отсутствие тренировок в определенные периоды
- г) Тренировка только в определенное время суток

37. Какие принципы следует соблюдать при разработке программы тренировок?

- а) Принцип переутомления
- б) Принцип индивидуализации
- в) Принцип регулярности
- г) Все вышеперечисленное

38. Какие факторы могут влиять на эффективность тренировочного процесса?

- а) Стресс
- б) Правильное питание
- в) Недостаточный отдых
- г) Все вышеперечисленное

39. Какие виды тренировок подходят для людей разного возраста?

- а) Только аэробные тренировки
- б) Только силовые тренировки
- в) Разнообразные виды тренировок, адаптированные к возрасту
- г) Только интервальные тренировки

40. Какие методы можно использовать для повышения мотивации в тренировочном процессе?

- а) Установка конкретных целей
- б) Использование разнообразных тренировок
- в) Участие в соревнованиях
- г) Все вышеперечисленное

Вариант №3

1. Что является ключевым фактором формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом?

- а) Внешние поощрения и награды
- б) Внутреннее желание и удовлетворение
- в) Давление со стороны окружающих
- г) Случайные обстоятельства

2. Какие факторы могут повлиять на уровень мотивации к занятиям физической активностью?

- а) Здоровье
- б) Социальная поддержка
- в) Перегруженность работой или учебой
- г) Все выше перечисленные

3. Какое из следующих утверждений наилучшим образом описывает внутреннюю мотивацию?

- а) Ожидание внешней награды
- б) Желание саморазвития и достижения
- в) Давление со стороны окружающих
- г) Отсутствие интереса к физической активности

4. Какие стратегии можно использовать для развития мотивации к занятиям спортом?

- а) Установка конкретных целей
- б) Поддержка со стороны окружающих
- в) Создание интересных тренировок
- г) Все выше перечисленные

5. Как воспитать мотивацию у детей к физической активности?

- а) Ограничить время, проводимое перед экранами устройств
- б) Предоставить выбор вида физической активности
- в) Поощрять достижения и усилия
- г) Все выше перечисленные

6. Какие факторы могут снизить мотивацию к занятиям спортом?

- а) Негативный опыт или травмы
- б) Отсутствие социальной поддержки
- в) Низкая самооценка

г) Все выше перечисленные

7.Что такое внешняя мотивация?

а) Желание саморазвития

б) Давление со стороны окружающих

в) Удовлетворение от самой деятельности

г) Внутреннее стремление к достижению целей

8.Какие типы мотивации существуют согласно теории самоопределения?

а) Внутренняя, внешняя, аморфная

б) Автономная, контролируемая, смешанная

в) Интрузивная, экструзивная, стабильная

г) Все выше перечисленные

9.Какие факторы могут повлиять на формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой?

а) Уровень самоэффективности

б) Возможность выбора активности

в) Поддержка со стороны тренера

г) Все выше перечисленные

10.Что такое эффект "flow" в контексте занятий спортом?

а) Состояние полной гармонии с деятельностью

б) Отсутствие мотивации

в) Зависимость от внешних поощрений

г) Отсутствие интереса к физической активности

11.Какие методы можно применить для стимулирования внутренней мотивации к физической активности?

а) Предоставление выбора вида занятий

б) Установка внешних поощрений

в) Сравнение с другими участниками

г) Игнорирование индивидуальных предпочтений

12.Какие роли играют личные цели в формировании мотивации к спорту?

а) Они могут быть источником внутренней мотивации

б) Они всегда приводят к сравнению с другими

в) Цели не влияют на мотивацию

г) Лучше не ставить цели, чтобы избежать стресса

13.Какие факторы могут способствовать долгосрочной устойчивой мотивации к занятиям спортом?

а) Регулярная обратная связь

б) Разнообразие вида тренировок

в) Отсутствие ясных целей

г) Изоляция от окружающих

14.Как влияет социальная поддержка на мотивацию к физической активности?

а) Увеличивает вероятность участия в занятиях

б) Негативно влияет на самооценку

в) Не имеет значения для мотивации

г) Уменьшает интерес к тренировкам

15.Какие роли могут играть тренеры в развитии мотивации у своих подопечных?

а) Мотивировать и вдохновлять

б) Сравнить с другими спортсменами

в) Игнорировать индивидуальные потребности

г) Не обращать внимания на психологическое состояние

16.Какие психологические препятствия могут возникнуть при формировании мотивации к физической активности?

а) Страх неудачи

б) Отсутствие социальной поддержки

в) Недостаток знаний о пользе спорта

г) Все вышеперечисленные

17.Как повысить мотивацию в групповых занятиях по физической активности?

- а) Стимулировать внутреннюю конкуренцию
- б) Способствовать взаимной поддержке
- в) Исключить индивидуальные цели
- г) Ограничить выбор участников

18. Какие роли играет индивидуальная самооценка в формировании мотивации?

- а) Она может быть фактором внутренней мотивации
- б) Влияет только на внешнюю мотивацию
- в) Самооценка не важна для мотивации
- г) Самооценка всегда негативно влияет на мотивацию

19. Какие стратегии можно использовать для преодоления трудностей в формировании мотивации?

- а) Разработка реалистичных целей
- б) Игнорирование проблем
- в) Осуждение себя за неудачи
- г) Постановка неосуществимых задач

20. Как влияют внешние поощрения на уровень мотивации к занятиям физической активностью?

- а) Могут стать стимулом краткосрочной мотивации
- б) Не влияют на мотивацию
- в) Всегда приводят к устойчивой мотивации
- г) Внешние поощрения приводят к стрессу и демотивации

21. Какие факторы могут способствовать формированию устойчивой мотивации к занятиям спортом в детском возрасте?

- а) Родительская поддержка
- б) Принуждение к тренировкам
- в) Отсутствие выбора активности
- г) Несогласие с детскими желаниями

22. Как влияет эмоциональное состояние на мотивацию к физической активности?

- а) Положительные эмоции могут усилить мотивацию
- б) Эмоции не влияют на мотивацию
- в) Отрицательные эмоции всегда снижают мотивацию
- г) Эмоциональное состояние влияет только на внешнюю мотивацию

23. Какие методы развития мотивации можно использовать в образовательных учреждениях?

- а) Внедрение интересных программ
- б) Игнорирование индивидуальных потребностей
- в) Ограничение выбора видов занятий
- г) Все выше перечисленные

24. Какие типы мотивации могут существовать у одного человека одновременно?

- а) Только внутренняя
- б) Только внешняя
- в) Смешанная
- г) Внутренняя и аморфная

25. Какие роли могут играть соревнования в формировании мотивации?

- а) Способствовать внутренней мотивации
- б) Повышать уровень стресса
- в) Негативно влиять на самооценку
- г) Все вышеперечисленные

26. Как влияет возраст на мотивацию к занятиям физической культурой?

- а) с возрастом мотивация всегда снижается
- б) Возраст не влияет на мотивацию
- в) Мотивация может изменяться в разные периоды жизни
- г) Мотивация зависит только от физического состояния

27. Как использование технологий может повлиять на мотивацию к физической активности?

- а) Технологии всегда снижают мотивацию
- б) Могут стать стимулом для занятий
- в) Не влияют на мотивацию

г) Использование технологий приводит к зависимости

28. Как влияет индивидуальное восприятие тела на мотивацию к занятиям спортом?

а) Положительное восприятие тела может усилить мотивацию

б) Отрицательное восприятие тела всегда снижает мотивацию

в) Восприятие тела не влияет на мотивацию

г) Индивидуальное восприятие тела зависит только от внешних факторов

29. Как внутренняя мотивация отличается от внешней в контексте занятий спортом?

а) Внутренняя мотивация исходит из внешних поощрений

б) Внутренняя мотивация основана на личных интересах и ценностях

в) Внутренняя мотивация всегда является результатом социального давления

г) Внешняя мотивация не существует

30. Как важен выбор подходящей физической активности для формирования мотивации?

а) Не важен, любая активность подходит

б) Выбор активности может увеличить интерес и мотивацию

в) Лучше не предоставлять выбор, чтобы избежать конфликтов

г) Выбор активности всегда приводит к негативным последствиям

31. Что включает в себя процесс планирования учебного занятия?

а) Только выбор темы

б) Выбор темы, целей, методов и оценки

в) Определение продолжительности занятия

32. Какой компонент необходимо включить в цели учебного занятия?

а) Только активность учеников

б) Только материал для чтения

в) Знания, умения и/или отношения

33. Какие шаги включает в себя разработка учебного плана?

а) Только написание плана

б) Определение целей, выбор методов, разработка материалов

в) Проведение учебного занятия

34. Какое значение имеет оценка в процессе планирования учебного занятия?

а) Оценка не имеет значения

б) Оценка помогает учителю понять эффективность занятия

в) Оценка необходима только для учеников

35. Какие методы эффективны при планировании учебных занятий?

а) Только лекции

б) Разнообразные методы в зависимости от целей и содержания

в) Только групповая работа

36. Что важно учитывать при выборе методов обучения?

а) Только предпочтения учителя

б) Способности учеников и цели обучения

в) Только доступность материалов

37. Какова роль мотивации в процессе учебного занятия?

а) Мотивация не важна

б) Мотивация помогает ученикам лучше усваивать материал

в) Мотивация важна только для учителя

38. Каким образом учитывается дифференциация в учебном плане?

а) Дифференциация не требуется

б) Использование различных методов и материалов для разных уровней учеников

в) Только различные темы для каждого ученика

39. Как можно оценить эффективность учебного занятия?

а) Только по отзывам учеников

б) По достижению поставленных целей и результатам оценок

в) Только по своему субъективному мнению учителя

40. Какие факторы следует учитывать при планировании времени урока?

а) Только продолжительность урока

б) Разнообразие активностей, перерывы, индивидуальная работа

в) Только распределение материала

Вариант №4

1.Какую роль играют технологии в планировании и проведении учебных занятий?

- а) Технологии не имеют значения
- б) Технологии могут обогатить учебный процесс и сделать его более интересным
- в) Технологии полностью заменяют традиционные методы обучения

2.Какие аспекты следует учитывать при организации групповой работы на уроке?

- а) Только количество участников
- б) Распределение ролей, обеспечение взаимодействия и обратная связь
- в) Только продолжительность работы в группах

3.Почему важно учитывать индивидуальные особенности учеников при планировании урока?

- а) Индивидуальные особенности не имеют значения
- б) Это способствует удовлетворению запросов каждого ученика и повышению мотивации
- в) Только для предотвращения конфликтов

4.Какие принципы эффективной коммуникации важны при проведении урока?

- а) Только четкость и громкость речи
- б) Активное слушание, ясность выражения мыслей, учет языковых особенностей учеников
- в) Только использование визуальных материалов

5.Как можно содействовать взаимодействию учащихся в рамках урока?

- а) Только установкой четких правил
- б) Организацией коллективных задач и дискуссий
- в) Только индивидуальной работой

6.Какой метод оценивания эффективен для измерения понимания материала учениками?

- а) Только устные опросы
- б) Работа с письменными заданиями и тестами
- в) Только проектные работы

7.Как организовать самостоятельную работу учеников после урока?

- а) Только домашними заданиями
- б) Составлением планов учебной деятельности
- в) Только прочтением учебных материалов

8.Почему важно рефлексировать после проведения учебного занятия?

- а) Рефлексия не приносит пользы
- б) Это способствует выявлению успешных методов и коррекции ошибок
- в) Только для удовлетворения требований учебного плана

9.Какова роль обратной связи в учебном процессе?

- а) Обратная связь не имеет значения
- б) Она помогает учащимся понять свои ошибки и совершенствоваться
- в) Только для оценки работы учителя

10.Какие методы можно использовать для активизации учащихся на уроке?

- а) Только лекции
- б) Игры, дискуссии, практические задания
- в) Только индивидуальная работа

11.Какие принципы следует соблюдать при оценке учебных достижений учеников?

- а) Только объективность
- б) Ясность критериев и справедливость
- в) Только соблюдение сроков

12.Как организовать интерактивные методы обучения на уроке?

- а) Только использование учебников
- б) Использование видеоматериалов и проведение дискуссий
- в) Только традиционные методы

13.Как включить элементы творчества в учебный процесс?

- а) Только через проектную деятельность
- б) Разнообразные творческие задания и поощрение идей
- в) Только через художественные кружки

14.Как избежать монотонности в ходе учебного занятия?

- а) Только сменой темы
- б) Разнообразие методов, использование интересных примеров, вопросы и обсуждение

в) Только короткими перерывами

15.Какая роль отводится обратной связи от учеников в процессе обучения?

а) Обратная связь не важна

б) Она помогает учителю лучше адаптировать методы обучения

в) Только для формальной оценки ученической активности

16.Почему важно учитывать разные стили обучения учеников?

а) Различия в стилях обучения не существуют

б) Это позволяет адаптировать уроки под индивидуальные потребности каждого ученика

в) Только для предотвращения конфликтов

17.Каким образом можно внедрить элементы проектной деятельности в учебный процесс?

а) Только через проведение проектных недель

б) Использование проектов как формы оценки и активизации учащихся

в) Только в старших классах

18.Какие принципы следует соблюдать при выборе учебных материалов?

а) Только актуальность и доступность

б) Соответствие уровню сложности, интерес и разнообразие

в) Только согласование с учебником

19.Какие факторы влияют на успешность урока?

а) Только уровень подготовки учителя

б) Взаимодействие всех компонентов учебного процесса, включая мотивацию учеников и организацию времени

в) Только техническое оснащение класса

20.Почему важно предоставлять возможность для саморегуляции учеников?

а) Саморегуляция не имеет значения

б) Это способствует развитию самостоятельности и ответственности

в) Только для уменьшения нагрузки на учителя

21.Что представляет собой педагогический контроль?

а) Оценка знаний студентов

б) Процесс проверки и оценки образовательных достижений

в) Способ поддержания дисциплины в классе

г) Все вышеперечисленное

22.Какие основные виды педагогического контроля существуют?

а) Текущий контроль

б) Промежуточный контроль

в) Итоговый контроль

г) Все вышеперечисленные

23.Какие методы педагогического контроля можно использовать на учебных занятиях?

а) Устные вопросы

б) Письменные тесты

в) Практические задания

г) Все вышеперечисленные

24.Какое значение имеет обратная связь в процессе педагогического контроля?

а) Облегчает оценку студентов

б) Помогает студентам понять свои ошибки

в) Способствует улучшению учебного процесса

г) Все вышеперечисленные

25.Что такое диагностический контроль?

а) Контроль, направленный на выявление уровня знаний студентов перед началом обучения

б) Контроль, проводимый в конце учебного периода

в) Контроль, направленный на оценку текущего уровня знаний студентов

г) Все вышеперечисленные

26.Какова цель текущего контроля?

а) Оценка знаний студентов в конце учебного периода

б) Оценка текущего уровня знаний студентов

в) Оценка промежуточных достижений

г) Все вышеперечисленное

27. Какие особенности промежуточного контроля?

- а) Проводится после завершения учебного курса
- б) Оценивает студентов в середине учебного периода
- в) Сосредотачивается на общем уровне знаний
- г) Все вышеперечисленное

28. Что включает в себя итоговый контроль?

- а) Экзамены
- б) Зачеты
- в) Завершающие проекты
- г) Все вышеперечисленное

29. Какие факторы следует учитывать при выборе методов контроля?

- а) Характер предмета
- б) Уровень подготовки студентов
- в) Цели обучения
- г) Все вышеперечисленное

30. Какова роль самооценки студентов в педагогическом контроле?

- а) Оценка, проводимая преподавателем
- б) Оценка, проводимая студентами сами собой
- в) Оценка, проводимая коллективом студентов
- г) Все вышеперечисленное

31. Что такое формативная оценка?

- а) Оценка, проводимая в конце учебного периода
- б) Оценка, направленная на коррекцию обучения в процессе
- в) Оценка, проводимая только преподавателем
- г) Все вышеперечисленное

32. Какие проблемы может решать педагогический контроль?

- а) Выявление пропусков в знаниях студентов
- б) Коррекция учебного процесса
- в) Оценка эффективности методик преподавания
- г) Все вышеперечисленное

33. Какие методы обратной связи эффективны в педагогическом контроле?

- а) Устные комментарии преподавателя
- б) Письменные замечания
- в) Групповое обсуждение результатов
- г) Все вышеперечисленное

34. Какова роль рефлексии в педагогическом контроле?

- а) Повторение материала перед экзаменом
- б) Анализ учебного процесса и результатов
- в) Оценка деятельности преподавателя
- г) Все вышеперечисленное

35. Что такое портфолио студента?

- а) Сборник лучших работ студента
- б) Документ, содержащий результаты педагогического контроля
- в) Оценочная ведомость
- г) Все вышеперечисленное

36. Какие трудности могут возникнуть при проведении педагогического контроля?

- а) Недостаток времени
- б) Отсутствие объективности оценки
- в) Разнообразии стилей обучения студентов
- г) Все вышеперечисленное

37. Какие принципы эффективного педагогического контроля?

- а) Четкость и ясность критериев оценки
- б) Регулярность проведения контроля
- в) Уважение к индивидуальным особенностям студентов
- г) Все вышеперечисленное

38. Какую роль играет мотивация студентов в контроле за учебным процессом?

- а) Отрицательную
- б) Нейтральную
- в) Положительную
- г) Все вышеперечисленное

39.Какова роль тестирования в педагогическом контроле?

- а) Оценка письменных работ студентов
- б) Проверка знаний по определенным критериям
- в) Оценка навыков практического применения знаний
- г) Все вышеперечисленное

40.Как можно повысить эффективность педагогического контроля?

- а) Использование разнообразных методов контроля
- б) Обеспечение обратной связи
- в) Адаптация контроля под индивидуальные особенности студентов
- г) Все вышеперечисленное

Критерии оценивания экзамена:

Количество вопросов	Оценка	
31-40	5	Отлично
21-30	4	Хорошо
11-20	3	Удовлетворительно
0-10	2	Неудовлетворительно

Отлично – выставляется обучающемуся, ответившему на 16-20 вопросов.

Хорошо - выставляется обучающемуся, ответившему на 11-15 вопросов.

Удовлетворительно - выставляется обучающемуся, ответившему на 6-10 вопросов.

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2	Вариант № 3	Вариант № 4
1	б	в	б	б
2	б	б	г	б
3	а	в	б	б
4	б	б	г	б
5	а	в	г	б
6	а	б	г	б
7	б	в	б	б
8	а	б	б	б
9	а	в	г	б
10	б	б	а	б
11	а	в	а	б
12	б	в	а	б
13	б	б	г	б
14	а	б	а	б
15	а	в	а	б
16	а	б	г	б
17	а	в	б	б
18	а	в	а	б
19	а	в	а	б
20	а	б	а	б
21	а	б	а	г
22	а	б	а	г
23	а	в	а	г
24	а	б	в	г

25	б	а	а	а
26	а	г	в	б
27	а	б	б	б
28	а	в	а	г
29	а	б	б	г
30	а	г	б	г
31	б	в	б	б
32	в	в	в	г
33	б	б	б	г
34	в	б	б	б
35	в	г	б	г
36	б	б	в	г
37	в	г	б	г
38	б	г	б	г
39	б	в	б	г
40	в	г	б	г

**Вопросы рубежного контроля МДК 02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
6 семестр на базе ООО
4 семестр на базе СОО**

Вопросы к 1-ой рубежной аттестации

1. Какова цель анализа учебных занятий, и почему это важно для студентов?
2. Какие основные компоненты учебного процесса подлежат анализу, чтобы оценить его эффективность?
3. Какие методы сбора данных используются при анализе учебных занятий?
4. Какие критерии можно использовать для оценки успешности учебного занятия?
5. Каким образом можно измерить уровень учебной мотивации студентов в контексте анализа занятий?
6. Как влияют интерактивные методы обучения на эффективность учебного процесса, и как это можно оценить?
7. Каким образом структура учебного материала влияет на понимание и запоминание информации студентами?
8. Какие факторы могут повлиять на активное участие студентов в учебном процессе, и как это отразится на результативности занятий?
9. Какова роль обратной связи в анализе учебных занятий, и какие методы обратной связи могут быть наиболее эффективными?
10. Какие изменения в учебном процессе можно предложить на основе результатов анализа занятий для повышения его эффективности?
11. Каковы основные цели и задачи проведения набора в спортивные и оздоровительные секции?
12. Какие требования предъявляются к кандидатам при проведении набора в спортивные и оздоровительные группы?
13. Какие виды спорта или занятий включаются в спортивные и оздоровительные секции, и как выбираются эти направления?
14. Какие документы и сведения необходимо предоставить для участия в наборе в спортивные или оздоровительные группы?
15. Какие критерии используются для отбора кандидатов в секции по спорту или оздоровительные группы?

16. Каков порядок проведения пробных занятий или тестирования в ходе набора в спортивные и оздоровительные секции?
17. Какие условия и правила участия устанавливаются для студентов, принятых в спортивные и оздоровительные группы?
18. Как осуществляется взаимодействие с тренерским составом и какова их роль в процессе отбора и обучения участников секций?
19. Какие дополнительные ресурсы и возможности предоставляются студентам, принятым в спортивные и оздоровительные секции?
20. Каким образом оценивается эффективность набора и учебного процесса в спортивных и оздоровительных секциях?
21. Какова роль профилактики травматизма в контексте обеспечения безопасности в различных образовательных и тренировочных средах?
22. Какие основные принципы обеспечения безопасности применяются в учебных заведениях для предотвращения травматических ситуаций?
23. Какие виды оборудования и средств безопасности используются для минимизации риска травмирования студентов в спортивных секциях или на занятиях физической активности?
24. Как организуется медицинская поддержка и первая помощь при возникновении травм на учебных занятиях или в рамках спортивных мероприятий?
25. Какие программы и мероприятия по обучению безопасности и предотвращению травматизма реализуются среди студентов и тренерского персонала?

Образец билета к 1-ой рубежной аттестации

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Тестовое задание

по МДК.02.01 «Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»

I-аттестация

Вариант № _____

ФИО _____ групп _____ дата _____

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ										

Вариант №1

1. Какова цель учебного занятия?

- а) Передача информации
- б) Развитие навыков
- в) Обсуждение темы
- г) Всё вышеперечисленное

2. Какова роль учителя на уроке?

- а) Инструктор
- б) Фасилитатор
- в) Советник
- г) Всё вышеперечисленное

3. Как оценить эффективность урока?

- а) Количество переданной информации
- б) Активность учащихся

- в) Уровень вовлеченности
- г) Всё вышеперечисленное

4.Что такое дифференциация обучения?

- а) Использование различных методов обучения
- б) Учет индивидуальных потребностей учащихся
- в) Адаптация материала под уровень учащихся
- г) Всё вышеперечисленное

5.Какие факторы влияют на мотивацию учащихся?

- а) Интерес к предмету
- б) Релевантность материала
- в) Ожидания от учебного процесса
- г) Всё вышеперечисленное

6.Как оценить уровень понимания учащихся?

- а) Тесты и экзамены
- б) Обратная связь
- в) Проекты и задания
- г) Всё вышеперечисленное

7.Каким образом можно поддержать разнообразие в учебном процессе?

- а) Использование различных методов обучения
- б) Внедрение разнообразных учебных материалов
- в) Создание инклюзивной среды
- г) Всё вышеперечисленное

8.Какова роль обратной связи в учебном процессе?

- а) Информирование учащихся оценок
- б) Помощь учащимся в понимании ошибок
- в) Содействие улучшению учебного опыта
- г) Всё вышеперечисленное

9.Какие методы активного обучения вы использовали?

- а) Групповые обсуждения
- б) Ролевые игры
- в) Проектная работа
- г) Всё вышеперечисленное

10.Какие препятствия могут возникнуть в процессе обучения?

- а) Недостаточная мотивация
- б) Конфликты в группе
- в) Недостаточная ясность материала
- г) Всё вышеперечисленное

11.Как оценить адаптацию учебного материала к потребностям учащихся?

- а) Анкетирование учащихся
- б) Анализ результатов обучения
- в) Обратная связь от учащихся
- г) Всё вышеперечисленное

12.Каким образом можно содействовать взаимодействию между учащимися?

- а) Организация групповых проектов
- б) Содействие общению вне учебного процесса
- в) Проведение коллективных мероприятий
- г) Всё вышеперечисленное

13.Какие технологии можно использовать для улучшения учебного процесса?

- а) Интерактивные доски
- б) Онлайн-ресурсы
- в) Видеолекции
- г) Всё вышеперечисленное

14.Каким образом можно интегрировать реальный опыт в учебный процесс?

- а) Экскурсии
- б) Гостевые лекции
- в) Практические задания

г) Всё вышеперечисленное

15. Как оценить эффективность использования времени на уроке?

а) План урока

б) Время, затраченное на каждую активность

в) Обратная связь от учащихся

г) Всё вышеперечисленное

16. Каким образом можно адаптировать учебный материал для разных уровней подготовки учащихся?

а) Дифференцированные задания

б) Дополнительные материалы

в) Индивидуальные консультации

г) Всё вышеперечисленное

17. Как оценить уровень удовлетворенности учащихся учебным процессом?

а) Анкетирование

б) Беседы с учащимися

в) Анализ успеваемости

г) Всё вышеперечисленное

18. Какие стратегии мотивации можно применить на уроке?

а) Постановка целей

б) Поощрение учащихся

в) Создание интересных задач

г) Всё вышеперечисленное

19. Какие виды оценки знаний вы используете?

а) Тесты

б) Проекты

в) Эссе

г) Всё вышеперечисленное

20. Каким образом можно развивать критическое мышление у учащихся?

а) Стимулирование обсуждений

б) Постановка проблемных задач

в) Анализ случаев

г) Всё вышеперечисленное

Вариант №2

1. Как организовать самостоятельную работу учащихся?

а) Выдача самостоятельных заданий

б) Самостоятельное изучение материала

в) Групповые проекты

г) Всё вышеперечисленное

2. Каким образом можно поддерживать психологическое благополучие учащихся?

а) Проведение психологических тренингов

б) Организация поддержки со стороны учителя

в) Создание позитивной обстановки в классе

г) Всё вышеперечисленное

3. Как оценить уровень социальной адаптации учащихся?

а) Наблюдение за взаимодействием в группе

б) Обратная связь от одноклассников

в) Анкетирование

г) Всё вышеперечисленное

4. Как организовать работу с разными стилями обучения учащихся?

а) Использование визуальных материалов

б) Аудиальные методы обучения

в) Кинестетические активности

г) Всё вышеперечисленное

5. Каким образом можно поддерживать обучение на основе проблем?

а) Постановка учебных задач

- б) Анализ реальных ситуаций
- в) Содействие поиску решений
- г) Всё вышеперечисленное

6. Как организовать коллективное обучение в классе?

- а) Групповые проекты
- б) Обсуждение учебного материала
- в) Совместные мероприятия
- г) Всё вышеперечисленное

7. Каким образом можно интегрировать темы социальной ответственности в учебный процесс?

- а) Проекты по социальным темам
- б) Обсуждение актуальных проблем
- в) Участие в благотворительных мероприятиях
- г) Всё вышеперечисленное

8. Как оценить уровень развития коммуникативных навыков учащихся?

- а) Обсуждение в группе
- б) Презентации
- в) Письменные задания
- г) Всё вышеперечисленное

9. Каким образом можно интегрировать технологии в оценочный процесс?

- а) Онлайн-тестирование
- б) Электронные портфолио
- в) Использование образовательных приложений
- г) Всё вышеперечисленное

10. Как оценить уровень развития учебных навыков учащихся?

- а) Анализ результатов тестов
- б) Оценка выполненных проектов
- в) Обсуждение учебного материала
- г) Всё вышеперечисленное

11. Какие документы обязательны для предоставления при поступлении в секцию?

- а) Паспорт
- б) Свидетельство о рождении
- в) Медицинская справка
- г) Выписка из школьного журнала

12. Какие требования предъявляются к возрасту кандидатов на поступление в группу спортивной направленности?

- а) От 5 до 10 лет
- б) От 10 до 15 лет
- в) От 15 до 20 лет
- г) От 20 до 25 лет

13. Каков порядок предварительной записи на набор в оздоровительную секцию?

- а) Личное посещение тренера
- б) Заполнение электронной формы на сайте
- в) Звонок в администрацию
- г) Письменное заявление почтой

14. Какие дополнительные требования могут быть установлены для поступающих в группу спортивной направленности?

- а) Наличие медицинской страховки
- б) Прохождение специальных тестов
- в) Оплата вступительного взноса
- г) Предоставление характеристики от учителя физкультуры

15. Какой документ подтверждает наличие медицинского допуска к занятиям спортом?

- а) Справка от терапевта
- б) Рентгеновский снимок
- в) Анализ крови
- г) Справка от педиатра

16.Какое время проведения тренировок может быть установлено для группы спортивной направленности?

- а) Утреннее время
- б) После школы
- в) Вечернее время
- г) Выходные дни

17.Какие виды спорта доступны в секции?

- а) Футбол
- б) Художественная гимнастика
- в) Шахматы
- г) Все вышеперечисленное

18.Какие критерии отбора могут быть использованы при поступлении в спортивную группу?

- а) Уровень физической подготовки
- б) Спортивные достижения
- в) Рекомендации тренера
- г) Все вышеперечисленное

19.Каковы правила отказа от занятий в случае болезни или травмы?

- а) Письменное уведомление тренера
- б) Предоставление медицинской справки
- в) Устное уведомление родителей
- г) Просто не появляться на тренировках

20.Какие меры безопасности принимаются на тренировках?

- а) Наличие аптечки
- б) Присутствие врача на каждой тренировке
- в) Регулярные инструктажи по технике безопасности
- г) Запрет на проведение тренировок в плохих погодных условиях

Вариант №3

1.Какие возможности для финансовой поддержки могут предоставляться при поступлении в секцию?

- а) Льготы для многодетных семей
- б) Спонсорская поддержка
- в) Скидки на оборудование
- г) Все вышеперечисленное

2.Каков период обучения в оздоровительной группе?

- а) 1 месяц
- б) 3 месяца
- в) 6 месяцев
- г) Год и более

3.Какие события и соревнования могут быть запланированы для участников секции?

- а) Городские соревнования
- б) Экскурсии
- в) Спортивные праздники
- г) Все вышеперечисленное

4.Каковы правила поведения на тренировках?

- а) Уважение к тренеру и товарищам
- б) Пунктуальность
- в) Соблюдение этики поведения
- г) Все вышеперечисленное

5.Какие возможности для дополнительного образования предоставляются участникам секции?

- а) Участие в мастер-классах
- б) Подготовка к сдаче квалификационных экзаменов
- в) Получение специальных сертификатов
- г) Все вышеперечисленное

6.Какие материалы и оборудование предоставляются участникам при поступлении в группу?

- а) Спортивная форма

- б) Инвентарь
- в) Учебные пособия

г) Все вышеперечисленное

7.Какие дополнительные требования могут быть предъявлены к родителям участников секции?

- а) Обязательное участие в собраниях
- б) Помощь в организации соревнований
- в) Участие в благотворительных акциях
- г) Все вышеперечисленное

8.Какие формы обратной связи используются между тренером и родителями?

- а) Регулярные родительские собрания
- б) Электронная почта и мессенджеры
- в) Индивидуальные беседы
- г) Все вышеперечисленное

9.Каковы основные принципы отбора кандидатов в спортивные секции?

- а) Персональные качества
- б) Спортивный потенциал
- в) Мотивация
- г) Все вышеперечисленное

10.Какие виды медицинских обследований могут быть требованы при поступлении в группу?

- а) Общий анализ мочи
- б) Электрокардиограмма
- в) Рентгенография
- г) Все вышеперечисленное

11.Какие программы оздоровления могут быть предоставлены участникам секции?

- а) Физическая реабилитация
- б) Лечебная гимнастика
- в) Плавание
- г) Все вышеперечисленное

12.Каков порядок решения конфликтов между участниками группы?

- а) Обращение к тренеру
- б) Проведение медиации
- в) Обязательное применение дисциплинарных мер
- г) Все вышеперечисленное

13.Какие возможности для продвижения спортивных достижений предоставляются участникам секции?

- а) Участие в региональных соревнованиях
- б) Получение спортивного звания
- в) Спонсорские контракты
- г) Все вышеперечисленное

14.Какие дополнительные занятия могут быть предложены участникам секции для улучшения результатов?

- а) Индивидуальные тренировки
- б) Участие в силовых тренировках
- в) Психологическая поддержка
- г) Все вышеперечисленное

15.Какие допуски могут быть предоставлены для участия в соревнованиях?

- а) Временный допуск
- б) Спортивный разряд
- в) Медицинский допуск
- г) Все вышеперечисленное

16.Какие меры принимаются для обеспечения безопасности на тренировках в условиях пандемии?

- а) Использование средств индивидуальной защиты
- б) Соблюдение дистанции между участниками
- в) Регулярная дезинфекция оборудования

г) Все вышеперечисленное

17.Какие требования могут быть установлены к участию в оздоровительной группе для лиц с ограниченными физическими возможностями?

- а) Предоставление медицинской справки
- б) Разработка индивидуальной программы занятий
- в) Наличие сопровождающего
- г) Все вышеперечисленное

18.Какие меры принимаются для развития командного духа в спортивной группе?

- а) Совместные тренировки
- б) Участие в командных соревнованиях
- в) Проведение мероприятий совместно с родителями
- г) Все вышеперечисленное

19.Какие возможности предоставляются для участия родителей в жизни секции?

- а) Работа волонтерами
- б) Организация семейных мероприятий
- в) Помощь в оформлении спонсорских контрактов
- г) Все вышеперечисленное

20.Каков порядок регулирования спортивных конфликтов между участниками секции?

- а) Обращение к тренеру
- б) Применение дисциплинарных мер
- в) Проведение судейских разбирательств
- г) Все вышеперечисленное

Вариант №4

1.Какие из перечисленных факторов являются основными причинами травматизма в офисной среде?

- а) Неправильная организация рабочего пространства
- б) Несоблюдение производственной дисциплины
- в) Недостаточное количество перерывов
- г) Все вышеперечисленное

2.Какие меры предпринимаются для предотвращения травм в производственных условиях?

- а) Проведение обучения по безопасности
- б) Использование средств индивидуальной защиты
- в) Проведение регулярных медицинских осмотров
- г) Все вышеперечисленное

3.Какие из следующих действий считаются нарушением правил безопасности при работе с электроинструментами?

- а) Использование инструмента с поврежденным кабелем
- б) Работа в перчатках
- в) Работа вблизи воды без необходимых мер предосторожности
- г) Все вышеперечисленное

4.Какие из перечисленных факторов могут привести к травмам при поднятии тяжелых предметов?

- а) Неправильная техника поднятия
- б) Недостаточная физическая подготовка
- в) Использование специальных подъемных устройств
- г) Все вышеперечисленное

5.Какие меры безопасности следует соблюдать при работе на высоте?

- а) Использование страховочного оборудования
- б) Регулярные проверки состояния инструментов
- в) Носить яркую одежду для лучшей видимости
- г) Все вышеперечисленное

6.Какие меры предосторожности следует соблюдать при работе с химическими веществами?

- а) Использование средств индивидуальной защиты
- б) Проведение работы без вентиляции
- в) Хранение химических веществ в пищевых контейнерах

г) Все вышеперечисленное

7.Какие из перечисленных мер помогают предотвратить пожары в офисе?

а) Правильное хранение легковоспламеняющихся материалов

б) Установка системы аварийного оповещения

в) Профилактическая проверка электрооборудования

г) Все вышеперечисленное

8.Какие знания и навыки должны быть у сотрудников для эффективной профилактики травматизма?

а) Знание распорядка рабочего дня

б) Навыки оказания первой помощи

в) Знание пожарной безопасности

г) Все вышеперечисленное

9.Какие меры безопасности следует соблюдать при работе с компьютером?

а) Регулярные перерывы для отдыха глаз

б) Использование эргономичной мебели

в) Настройка яркости и контрастности монитора

г) Все вышеперечисленное

10.Какие факторы могут способствовать авариям на производстве?

а) Игнорирование инструкций по безопасности

б) Недостаточная подготовка к работе

в) Неисправное оборудование

г) Все вышеперечисленное

11.Какие меры предпринимаются для профилактики травм на спортивном мероприятии?

а) Проведение медицинских осмотров у участников

б) Предварительная разминка и разогрев

в) Обеспечение наличия необходимого медицинского оборудования

г) Все вышеперечисленное

12.Какие из перечисленных правил следует соблюдать при обслуживании и ремонте техники?

а) Использование средств индивидуальной защиты

б) Работа без предварительной подготовки

в) Игнорирование инструкций производителя

г) Все вышеперечисленное

13.Какие меры безопасности должны соблюдаться при использовании кулинарного оборудования?

а) Правильное использование ножей и других остро-режущих предметов

б) Регулярная проверка состояния газовых плит

в) Использование предохранительных средств при работе с горячими поверхностями

г) Все вышеперечисленное

14.Какие меры безопасности следует соблюдать при работе с лестницей?

а) Правильное размещение лестницы

б) Использование нестабильных поверхностей

в) Подниматься по лестнице боком

г) Все вышеперечисленное

15.Какие из перечисленных действий являются нарушением правил безопасности в автомобильном транспорте?

а) Использование ремня безопасности

б) Превышение скоростного режима

в) Регулярная проверка технического состояния автомобиля

г) Все вышеперечисленное

16.Какие меры безопасности следует соблюдать при работе с оборудованием для сварки?

а) Использование средств индивидуальной защиты

б) Работа без специальной подготовки

в) Работа без вентиляции

г) Все вышеперечисленное

17.Какие знания и навыки необходимы для безопасной эксплуатации электрических приборов и устройств?

- а) Знание основ электротехники
- б) Работа без перерывов
- в) Наличие спиртных напитков во время использования
- г) Все вышеперечисленное

18. Какие меры безопасности следует соблюдать при работе с грузоподъемными механизмами?

- а) Правильная установка груза на подъемном устройстве
- б) Использование устройств для фиксации груза
- в) Работа без использования средств индивидуальной защиты
- г) Все вышеперечисленное

19. Какие меры безопасности следует соблюдать при работе с офисным оборудованием?

- а) Регулярная проверка состояния электроприборов
- б) Работа без предварительной подготовки
- в) Использование эргономичной мебели
- г) Все вышеперечисленное

20. Какие из перечисленных мер являются частью эффективной программы профилактики травм в офисной среде?

- а) Проведение тренингов по безопасности
- б) Обеспечение доступности средств индивидуальной защиты
- в) Соблюдение производственной дисциплины
- г) Все вышеперечисленное

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2	Вариант № 3	Вариант № 4
1	а	а	г	г
2	б	б	б	г
3	в	в	г	а
4	г	г	в	г
5	а	а	г	г
6	б	б	б	а
7	в	в	г	г
8	г	г	в	г
9	а	а	г	г
10	б	б	г	г
11	в	а	в	г
12	г	в	г	а
13	а	б	в	г
14	б	г	г	а
15	в	а	г	б
16	г	б	в	а
17	а	г	г	а
18	б	в	г	г
19	в	г	г	г
20	г	г	г	г

Вопросы ко 2-ой рубежной аттестации

1. Каково значение материально-технической базы для эффективного функционирования образовательной организации дополнительного образования?
2. Какие основные элементы входят в материально-техническую базу образовательного учреждения дополнительного образования?
3. Какие требования предъявляются к оборудованию и помещениям в рамках создания комфортной образовательной среды?
4. Каким образом техническая оснащенность влияет на привлекательность образовательной программы для учащихся?

5. Как обеспечивается безопасность учащихся и персонала в рамках материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования?
6. Какие инновационные технологии могут быть внедрены в материально-техническую базу для улучшения качества образовательного процесса?
7. Какова роль информационных технологий в современной материально-технической базе образовательной организации?
8. Как учитывается доступность материально-технической базы для лиц с ограниченными возможностями?
9. Какие меры принимаются для обновления и совершенствования материально-технической базы в соответствии с требованиями времени?
10. Какие факторы могут влиять на эффективность образовательного процесса через обновление материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования?
11. Какие критерии и показатели используются для оценки результативности физкультурно-спортивной работы в образовательных учреждениях?
12. Какие методы сбора данных применяются при проведении оценки результативности физкультурно-спортивной деятельности?
13. Как формируются цели и задачи оценки результативности в области физической культуры и спорта?
14. Как оценивается уровень вовлеченности студентов/учащихся в физкультурно-спортивные мероприятия и программы?
15. Какие корректировки и улучшения могут быть предложены на основе результатов оценки физкультурно-спортивной работы для повышения ее эффективности?
16. Какие методики используются для количественной оценки физкультурно-спортивной работы в образовательных учреждениях?
17. Каким образом определяется уровень физической подготовленности студентов/учащихся с использованием специализированных методик?
18. Как происходит оценка организации и проведения спортивных мероприятий с привлечением методик оценки?
19. Каким образом учитывается влияние физкультурно-спортивной работы на общий уровень здоровья студентов/учащихся?
20. Какие аспекты социальной и психологической эффективности физкультурно-спортивной деятельности поддерживаются методиками оценки?
21. Какие требования предъявляются к помещениям образовательной организации дополнительного образования с точки зрения их соответствия образовательным целям?
22. Как обеспечивается наличие необходимого оборудования для проведения занятий и мероприятий в рамках дополнительного образования?
23. Какие стандарты безопасности и санитарии должны соблюдаться в материально-технической базе образовательной организации дополнительного образования?
24. Каким образом обеспечивается доступность материально-технической базы для лиц с ограниченными возможностями?
25. Как организуется обновление и модернизация материально-технической базы в соответствии с современными требованиями и инновационными технологиями в образовании?

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Тестовое задание

по МДК.02.01 «Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»

II - аттестация

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ										

Вариант №1

1. Что включает в себя материально-техническая база образовательной организации дополнительного образования?

- а) Только учебные помещения
- б) Учебные помещения и оборудование
- в) Только оборудование
- г) Учебные программы

2. Какие критерии оценки эффективности материально-технической базы образовательной организации?

- а) Количество оборудования
- б) Качество оборудования
- в) Соответствие современным требованиям
- г) Все вышеперечисленное

3. Какова роль материально-технической базы в обеспечении образовательного процесса?

- а) Обеспечивает только комфорт студентов
- б) Создает условия для эффективного обучения
- в) Не влияет на образовательный процесс
- г) Обеспечивает только безопасность

4. Какие компоненты включают в себя учебные помещения?

- а) Только столы и стулья
- б) Мебель и оборудование
- в) Только доски и маркеры
- г) Плакаты и картины

5. Какие преимущества обеспечения современным оборудованием материально-технической базы?

- а) Повышение привлекательности образовательного процесса
- б) Улучшение качества обучения
- в) Сокращение расходов на оборудование
- г) Все вышеперечисленное

6. Как оценивается соответствие материально-технической базы современным требованиям?

- а) Регулярные аудиты и проверки
- б) Опросы студентов
- в) Мнение педагогов
- г) Только по стандартам

7. Почему важно поддерживать и обновлять материально-техническую базу?

- а) Для поддержания статуса
- б) Для соответствия требованиям времени
- в) Только для улучшения внешнего вида
- г) Все вышеперечисленное

8. Какие факторы влияют на выбор оборудования для материально-технической базы?

- а) Бюджет
- б) Потребности студентов
- в) Технические характеристики
- г) Все вышеперечисленное

9. Какие меры могут быть приняты для повышения эффективности материально-технической базы?

- а) Обучение персонала
- б) Регулярное обновление оборудования

- в) Улучшение условий труда
- г) Все вышеперечисленное

10. Как влияет качество материально-технической базы на привлекательность образовательной организации?

- а) Не влияет
- б) Улучшает
- в) Снижает
- г) Только влияет на безопасность

11. Какова роль информационных технологий в материально-технической базе?

- а) Не имеет значения
- б) Обеспечивает современные методы обучения
- в) Только для ведения учета
- г) Все вышеперечисленное

12. Какие требования предъявляются к безопасности материально-технической базы?

- а) Наличие охраны
- б) Соблюдение санитарных норм
- в) Противопожарные мероприятия
- г) Все вышеперечисленное

13. Какие факторы могут привести к устареванию материально-технической базы?

- а) Недостаточное финансирование
- б) Неудовлетворительное обслуживание
- в) Неправильное использование
- г) Все вышеперечисленное

14. Какова роль обратной связи от студентов при оценке материально-технической базы?

- а) Не имеет значения
- б) Помогает выявить недостатки
- в) Только положительная обратная связь важна
- г) Все вышеперечисленное

15. Какие проблемы могут возникнуть при несоответствии материально-технической базы стандартам?

- а) Потеря статуса образовательной организации
- б) Негативное воздействие на обучение
- в) Потеря финансирования
- г) Все вышеперечисленное

16. Какова роль управления материально-технической базой в образовательной организации?

- а) Только финансирование
- б) Развитие стратегии обновления
- в) Только поддержание порядка
- г) Все вышеперечисленное

17. Какие возможности предоставляет современная технология для обновления материально-технической базы?

- а) Виртуальные классы
- б) Дистанционное обучение
- в) Использование облачных технологий
- г) Все вышеперечисленное

18. Какие преимущества обеспечивает наличие собственного транспорта в материально-технической базе?

- а) Уменьшение расходов на аренду транспорта
- б) Большая гибкость в организации мероприятий
- в) Только удобство персонала
- г) Все вышеперечисленное

19. Какие меры могут быть предприняты для улучшения экологической устойчивости материально-технической базы?

- а) Установка энергосберегающего оборудования
- б) Раздельный сбор мусора
- в) Использование экологически чистых материалов

г) Все вышеперечисленное

20. Какие рекомендации могут быть даны для поддержания высокого уровня обслуживания материально-технической базы?

а) Регулярная проверка оборудования

б) Проведение тренингов для персонала

в) Проведение опросов среди студентов и преподавателей

г) Все вышеперечисленное

Вариант №2

1. Какие факторы следует учитывать при оценке результативности физкультурно-спортивной работы?

а) Только количество участников.

б) Только финансовые затраты.

в) Количество участников, финансовые затраты, качество программы, достижение целей.

2. Что включает в себя понятие "эффективность" в физкультурно-спортивной работе?

а) Только количество проведенных мероприятий.

б) Только достижение спортивных результатов.

в) Соотношение достигнутых результатов к затраченным ресурсам.

3. Какие методы могут использоваться для сбора данных о результативности физкультурно-спортивной работы?

а) Только опросы участников.

б) Только статистические данные о победах.

в) Опросы участников, статистические данные, анализ качества проведенных мероприятий.

4. Какие показатели являются ключевыми при оценке эффективности спортивных мероприятий?

а) Только количество участников.

б) Только количество побед.

в) Количество участников, качество проведения, достигнутые результаты.

5. Что такое система мониторинга в физкультурно-спортивной работе?

а) Только отслеживание участников.

б) Только контроль над финансами.

в) Система сбора и анализа данных для постоянного контроля и улучшения физкультурно-спортивной работы.

6. Какую роль играет обратная связь участников в оценке результативности физкультурно-спортивной работы?

а) Она не влияет на оценку.

б) Она важна только при проведении опросов.

в) Она позволяет оценить удовлетворенность участников и внести коррективы в программу.

7. Какие преимущества предоставляет использование ключевых показателей результативности (КРП) в спортивной деятельности?

а) Увеличение количества участников.

б) Улучшение качества проведения мероприятий.

в) Оценка эффективности и выявление областей для улучшения.

8. Как можно измерить влияние физкультурно-спортивной работы на здоровье участников?

а) Только по статистике заболеваемости.

б) Только по физическим показателям.

в) С использованием комплексного подхода, включая статистику, физические показатели и обратную связь участников.

9. Какие факторы могут влиять на оценку результативности физкультурно-спортивной программы?

а) Только финансовые ограничения.

б) Только количество участников.

в) Финансовые ограничения, количество участников, качество программы.

10. Какую роль играет партнерство с местными органами в повышении результативности физкультурно-спортивной работы?

а) Не играет никакой роли.

б) Обеспечивает дополнительные финансовые ресурсы.

в) Позволяет создать сильные сообщества и улучшить доступность программ.

11. Какие критерии могут использоваться для оценки качества тренерского состава в рамках физкультурно-спортивной программы?

а) Только количество выигранных соревнований.

б) Профессиональные навыки, образование, результаты работы с участниками.

в) Только стаж работы в сфере спорта.

12. Какие методы могут быть применены для оценки уровня удовлетворенности участников физкультурно-спортивной программой?

а) Только анкетирование.

б) Анкетирование, проведение фокус-групп, анализ обратной связи.

в) Только статистика участия.

13. Как внедрение технологий может повлиять на результативность физкультурно-спортивной работы?

а) Негативно, так как это требует дополнительных затрат.

б) Положительно, улучшая мониторинг и взаимодействие с участниками.

в) Не оказывает влияния.

14. Какие факторы могут влиять на уровень участия в физкультурно-спортивных мероприятиях?

а) Только расположение спортивных объектов.

б) Расположение, разнообразие программ, доступность мероприятий.

в) Только стоимость участия.

15. Какова роль мотивации участников в достижении целей физкультурно-спортивной программы?

а) Мотивация не играет роли.

б) Мотивация может повлиять на активность участников и их результаты.

в) Мотивация важна только для спортивных команд.

16. Какие методы анализа данных могут быть использованы для оценки эффективности тренировок?

а) Только статистика посещаемости.

б) Сравнение результатов до и после тренировок, анализ данных трекеров активности.

в) Только отзывы участников.

17. Какую роль играет социальная ответственность в физкультурно-спортивной работе?

а) Не играет роли.

б) Позволяет улучшить имидж, привлечь спонсоров и поддержку.

в) Оказывает негативное влияние на эффективность программы.

18. Какие преимущества может предоставить использование технологий в мониторинге здоровья участников?

а) Только улучшение статистики.

б) Повышение эффективности медицинского наблюдения, предотвращение травм.

в) Только увеличение расходов на программу.

19. Какие меры могут быть предприняты для улучшения участия женщин в физкультурно-спортивных мероприятиях?

а) Ничего не делать, так как участие женщин не важно.

б) Развивать женские спортивные программы, проводить информационные кампании.

в) Повышать стоимость участия для женщин.

20. Какие рекомендации можно предложить для повышения эффективности физкультурно-спортивной работы в школьной среде?

а) Увеличить количество уроков физкультуры.

б) Вовлечь родителей в организацию мероприятий, разнообразить программу.

в) Сократить бюджет на спортивные мероприятия.

Вариант №3

1. Какие основные цели оценки результативности физкультурно-спортивной работы?

а) Оценка уровня физической активности

б) Измерение достижений в спорте

в) Улучшение психологического состояния

2.Какие критерии эффективности могут использоваться при оценке спортивной работы?

а) Количество участников в соревнованиях

б) Уровень достигнутых спортивных результатов

в) Повышение уровня финансирования

3.Какие методы оценки используются для измерения физической формы участников?

а) Анкетирование

б) Физические тесты

в) Психологические тесты

4.Что включает в себя комплексная оценка физической подготовленности спортсменов?

а) Только результаты соревнований

б) Физические параметры и функциональные тесты

в) Мнение тренера

5.Какие факторы могут влиять на объективность оценки результативности физкультурно-спортивной работы?

а) Субъективные предпочтения оценщика

б) Объективные физические показатели

в) Погода во время соревнований

6. Почему важна регулярная мониторинг и оценка результатов тренировочного процесса?

а) Для учета финансовых затрат

б) Для коррекции тренировочных программ

в) Для поддержания стабильности в команде

7.Каким образом можно оценивать влияние физкультурно-спортивной работы на здоровье участников?

а) Анализ личных впечатлений

б) Медицинские обследования

в) Количество занятых спортом часов в неделю

8.Какие факторы следует учитывать при оценке эффективности тренировочного процесса?

а) Только количество побед на соревнованиях

б) Индивидуальные особенности спортсменов

в) Случайные обстоятельства

9.Какие методики могут использоваться для оценки мотивации участников заниматься физкультурно-спортивной деятельностью?

а) Анализ медицинских показателей

б) Анкетирование и интервью

в) Просмотр видеозаписей с тренировок

10.Какие показатели можно использовать для оценки эффективности тренерской работы?

а) Только количество побед на турнирах

б) Улучшение физической формы спортсменов

в) Оценки участников организации тренировок

11.Какова роль самооценки участников в процессе оценки результативности физкультурно-спортивной работы?

а) Она не играет роли в оценке

б) Она может быть важным критерием

в) Самооценка всегда субъективна

12.Какие трудности могут возникнуть при оценке физкультурно-спортивной работы в многозадачных организациях?

а) Отсутствие конкретных целей

б) Конфликты интересов разных групп

в) Недостаток участников

13.Какие методы можно использовать для сравнения эффективности различных программ физкультурно-спортивной работы?

а) Сравнение бюджетов

б) Анализ результатов соревнований

в) Сравнительные исследования

14.Как влияет мотивация тренеров на результативность физкультурно-спортивной работы?

- а) Никак
- б) Мотивация тренеров важна для достижения целей
- в) Это зависит от конкретных тренеров

15. Какие факторы могут влиять на объективность оценки результативности судейских решений в спорте?

- а) Личные симпатии к участникам
- б) Объективные правила соревнований
- в) Степень популярности команды

16. Как можно измерить влияние физкультурно-спортивной работы на социальное взаимодействие участников?

- а) Анализ социальных сетей
- б) Опросы о взаимодействии
- в) Уровень участия в общественных мероприятиях

17. Какова роль обратной связи от участников в оценке эффективности тренировочного процесса?

- а) Не имеет значения
- б) Может помочь улучшить программу тренировок
- в) Обратная связь от участников всегда ошибочна

18. Какие меры могут быть предприняты для повышения объективности оценки результативности спортивных программ?

- а) Уменьшение количества тренировок
- б) Привлечение независимых оценщиков
- в) Увеличение финансирования

19. Каким образом можно учитывать потребности различных возрастных групп при оценке физкультурно-спортивной работы?

- а) Сосредоточение только на молодежи
- б) Разработка программ для разных возрастов
- в) Игнорирование возрастных различий

20. Как оценить влияние программы физкультурно-спортивной работы на развитие спортивных талантов?

- а) Оценка только количества побед
- б) Анализ индивидуальных достижений участников
- в) Интервью с тренерами и спортсменами

Вариант № 4

1. Какие требования предъявляются к помещениям образовательной организации дополнительного образования?

- а) Площадь помещений
- б) Отсутствие окон
- в) Наличие магазина в здании
- г) Количество кресел в аудитории

2. Каковы требования к оборудованию в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие теннисных столов
- б) Наличие спортивного инвентаря
- в) Отсутствие компьютеров
- г) Количество кофеварок в кухне

3. Какие документы должны быть у образовательной организации дополнительного образования?

- а) Свидетельство о регистрации
- б) Рецепты блюд столовой
- в) Газетные вырезки
- г) Водительские права директора

4. Какие требования предъявляются к техническим средствам образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие холодильника в каждой аудитории

- б) Наличие проектора и экрана
- в) Отсутствие электричества
- г) Наличие трехжильной розетки

5.Какие условия безопасности должны быть соблюдены в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие пожарных выходов
- б) Отсутствие пожарных лестниц
- в) Проведение уроков в темноте
- г) Наличие костров во дворе

6.Какие требования предъявляются к медицинской комнате в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие аптечки
- б) Отсутствие койкомест
- в) Наличие душа
- г) Наличие тренажеров

7.Какие меры предпринимаются для обеспечения бесперебойной работы образовательной организации дополнительного образования?

- а) Регулярные технические обслуживания оборудования
- б) Периодическое выключение электричества
- в) Наличие только одного источника электропитания
- г) Отсутствие резервных копий данных

8.Какие требования предъявляются к интернет-соединению образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие высокоскоростного интернета
- б) Наличие только модема
- в) Отсутствие доступа к сети Интернет
- г) Использование только проводного соединения

9.Какие требования предъявляются к мебели в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Эргономичность
- б) Наличие только стульев без спинки
- в) Отсутствие мебели вовсе
- г) Наличие только диванов

10.Как обеспечивается доступность образовательной организации для лиц с ограниченными возможностями?

- а) Наличие пандусов и лифтов
- б) Отсутствие подъездных дорожек
- в) Наличие только лестниц
- г) Отсутствие лифтов

11.Какие требования предъявляются к системе отопления в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Постоянное отсутствие тепла
- б) Наличие автоматического регулирования температуры
- в) Использование только обогревателей
- г) Отсутствие системы отопления

12.Как обеспечивается сохранность учебных пособий и материалов в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие камер хранения
- б) Отсутствие необходимости в хранении материалов
- в) Периодическое сжигание учебников
- г) Наличие только одного экземпляра каждого пособия

13.Какие требования предъявляются к системе вентиляции в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Постоянное отсутствие свежего воздуха
- б) Наличие системы принудительной вентиляции
- в) Использование только открытых окон

г) Отсутствие вентиляции

14.Какие меры принимаются для обеспечения безопасности детей в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие системы видеонаблюдения
- б) Отсутствие взрослых преподавателей
- в) Проведение занятий на открытом воздухе без взрослых
- г) Отсутствие заборов и ограждений

15.Какие требования предъявляются к зонам отдыха и питания в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие удобных мест для отдыха
- б) Отсутствие зон отдыха
- в) Наличие только скамеек
- г) Отсутствие столов в столовой

16.Какие требования предъявляются к системе газоснабжения в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие газовых баллонов в аудиториях
- б) Использование только электричества
- в) Наличие системы центрального газоснабжения
- г) Отсутствие системы газоснабжения

17.Как обеспечивается сохранность информации в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Регулярное создание резервных копий данных
- б) Отсутствие необходимости в хранении информации
- в) Периодическое уничтожение данных
- г) Наличие только одного носителя информации

18.Какие требования предъявляются к зонам творчества и игр в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие разнообразных материалов для творчества
- б) Отсутствие зон творчества
- в) Наличие только красок
- г) Отсутствие игр и зон для игр

19.Как обеспечивается чистота и порядок в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Регулярная уборка помещений
- б) Отсутствие уборщиков
- в) Проведение уроков в грязи
- г) Наличие только одной метлы

20.Какие требования предъявляются к системе обеспечения безопасности в образовательной организации дополнительного образования?

- а) Наличие системы пожарной сигнализации
- б) Отсутствие систем безопасности
- в) Проведение уроков в темноте
- г) Наличие только одного видеорекамеры

Критерии оценивания рубежной аттестации:

Количество вопросов	Оценка
16-20	аттестован
11-15	
6-10	
6-10	не аттестован
0-5	

Аттестован - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 6-20 вопросов.

Не аттестован - выставляется обучающемуся, который ответил менее 5 вопроса.

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2	Вариант № 3	Вариант № 4
1	в	в	б	а
2	г	в	б	б
3	б	в	б	а
4	б	в	в	б
5	г	в	а	а
6	а	в	б	а
7	г	в	б	а
8	г	в	б	а
9	г	в	б	а
10	б	в	в	а
11	г	б	б	б
12	г	в	б	а
13	г	б	в	б
14	г	в	б	а
15	г	б	б	а
16	г	б	б	в
17	г	б	б	а
18	г	б	б	а
19	г	б	б	а
20	г	б	б	а

Вопросы к экзамену по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

1. Какова цель анализа учебных занятий, и почему это важно для студентов?
2. Какие основные компоненты учебного процесса подлежат анализу, чтобы оценить его эффективность?
3. Какие методы сбора данных используются при анализе учебных занятий?
4. Какие критерии можно использовать для оценки успешности учебного занятия?
5. Каким образом можно измерить уровень учебной мотивации студентов в контексте анализа занятий?
6. Как влияют интерактивные методы обучения на эффективность учебного процесса, и как это можно оценить?
7. Каким образом структура учебного материала влияет на понимание и запоминание информации студентами?
8. Какие факторы могут повлиять на активное участие студентов в учебном процессе, и как это отразится на результативности занятий?
9. Какова роль обратной связи в анализе учебных занятий, и какие методы обратной связи могут быть наиболее эффективными?
10. Какие изменения в учебном процессе можно предложить на основе результатов анализа занятий для повышения его эффективности?
11. Каковы основные цели и задачи проведения набора в спортивные и оздоровительные секции?
12. Какие требования предъявляются к кандидатам при проведении набора в спортивные и оздоровительные группы?
13. Какие виды спорта или занятий включаются в спортивные и оздоровительные секции, и как выбираются эти направления?
14. Какие документы и сведения необходимо предоставить для участия в наборе в спортивные или оздоровительные группы?

15. Какие критерии используются для отбора кандидатов в секции по спорту или оздоровительные группы?
16. Каков порядок проведения пробных занятий или тестирования в ходе набора в спортивные и оздоровительные секции?
17. Какие условия и правила участия устанавливаются для студентов, принятых в спортивные и оздоровительные группы?
18. Как осуществляется взаимодействие с тренерским составом и какова их роль в процессе отбора и обучения участников секций?
19. Какие дополнительные ресурсы и возможности предоставляются студентам, принятым в спортивные и оздоровительные секции?
20. Каким образом оценивается эффективность набора и учебного процесса в спортивных и оздоровительных секциях?
21. Какова роль профилактики травматизма в контексте обеспечения безопасности в различных образовательных и тренировочных средах?
22. Какие основные принципы обеспечения безопасности применяются в учебных заведениях для предотвращения травматических ситуаций?
23. Какие виды оборудования и средств безопасности используются для минимизации риска травмирования студентов в спортивных секциях или на занятиях физической активности?
24. Как организуется медицинская поддержка и первая помощь при возникновении травм на учебных занятиях или в рамках спортивных мероприятий?
25. Какие программы и мероприятия по обучению безопасности и предотвращению травматизма реализуются среди студентов и тренерского персонала?
26. Каково значение материально-технической базы для эффективного функционирования образовательной организации дополнительного образования?
27. Какие основные элементы входят в материально-техническую базу образовательного учреждения дополнительного образования?
28. Какие требования предъявляются к оборудованию и помещениям в рамках создания комфортной образовательной среды?
29. Каким образом техническая оснащенность влияет на привлекательность образовательной программы для учащихся?
30. Как обеспечивается безопасность учащихся и персонала в рамках материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования?
31. Какие инновационные технологии могут быть внедрены в материально-техническую базу для улучшения качества образовательного процесса?
32. Какова роль информационных технологий в современной материально-технической базе образовательной организации?
33. Как учитывается доступность материально-технической базы для лиц с ограниченными возможностями?
34. Какие меры принимаются для обновления и совершенствования материально-технической базы в соответствии с требованиями времени?
35. Какие факторы могут влиять на эффективность образовательного процесса через обновление материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования?
36. Какие критерии и показатели используются для оценки результативности физкультурно-спортивной работы в образовательных учреждениях?
37. Какие методы сбора данных применяются при проведении оценки результативности физкультурно-спортивной деятельности?
38. Как формируются цели и задачи оценки результативности в области физической культуры и спорта?
39. Как оценивается уровень вовлеченности студентов/учащихся в физкультурно-спортивные мероприятия и программы?
40. Какие корректировки и улучшения могут быть предложены на основе результатов оценки физкультурно-спортивной работы для повышения ее эффективности?

41. Какие методики используются для количественной оценки физкультурно-спортивной работы в образовательных учреждениях?
42. Каким образом определяется уровень физической подготовленности студентов/учащихся с использованием специализированных методик?
43. Как происходит оценка организации и проведения спортивных мероприятий с привлечением методик оценки?
44. Каким образом учитывается влияние физкультурно-спортивной работы на общий уровень здоровья студентов/учащихся?
45. Какие аспекты социальной и психологической эффективности физкультурно-спортивной деятельности поддерживаются методиками оценки?
46. Какие требования предъявляются к помещениям образовательной организации дополнительного образования с точки зрения их соответствия образовательным целям?
47. Как обеспечивается наличие необходимого оборудования для проведения занятий и мероприятий в рамках дополнительного образования?
48. Какие стандарты безопасности и санитарии должны соблюдаться в материально-технической базе образовательной организации дополнительного образования?
49. Каким образом обеспечивается доступность материально-технической базы для лиц с ограниченными возможностями?
50. Как организуется обновление и модернизация материально-технической базы в соответствии с современными требованиями и инновационными технологиями в образовании?

Образец билета к экзамену

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Тестовое задание

по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

ЭКЗАМЕН

Вариант № ____

ФИО _____ групп _____ дата _____

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ										
№ вопроса	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Ответ										
№ вопроса	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Ответ										

Вариант №1

1. Какие основные цели дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта?

- а) Развитие интеллекта
- б) Формирование физической активности и здорового образа жизни
- в) Изучение иностранных языков
- г) Развитие искусств

2. Какие методы организации учебных занятий являются наиболее эффективными для дополнительных программ по физической культуре?

- а) Теоретические лекции
- б) Практические занятия и тренировки

- в) Чтение учебных материалов в домашних условиях
- г) Прохождение тестов без физической активности

3.Какие преимущества приносит организация дополнительных программ для физической культуры и спорта для обучающихся?

- а) Развитие социальных навыков
- б) Снижение физической активности
- в) Увеличение времени, проведенного за компьютером
- г) Уменьшение интереса к занятиям

4.Какие критерии эффективной оценки успехов обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Отсутствие оценок
- б) Физическая подготовка
- в) Восприятие социальных норм
- г) Прогресс и достижения в физических упражнениях

5.Какие меры безопасности должны соблюдаться при проведении физических занятий в рамках дополнительных программ?

- а) Наличие профессионального инструктора
- б) Проведение занятий без медицинского осмотра
- в) Отсутствие средств для оказания первой помощи
- г) Наличие оборудования без необходимых сертификатов

6.Какие основные принципы планирования учебных занятий по дополнительным программам в области физической культуры?

- а) Индивидуализация занятий
- б) Применение однородных методов для всех учащихся
- в) Отсутствие учета физического состояния обучающихся
- г) Уменьшение времени на физическую активность

7.Какие возможности предоставляются обучающимся в рамках дополнительных программ по физической культуре для развития лидерских качеств?

- а) Участие в соревнованиях и командных мероприятиях
- б) Исключение участия в групповых проектах
- в) Пассивное наблюдение за занятиями
- г) Отсутствие обратной связи от инструкторов

8.Какие формы контроля знаний могут быть применены при оценке успеваемости обучающихся в дополнительных программах по физической культуре?

- а) Письменные тесты
- б) Устные интервью
- в) Физические тесты
- г) Прохождение экзаменов вне класса

9.Каким образом можно мотивировать обучающихся к участию в дополнительных программах по физической культуре?

- а) Предоставление наград и поощрений
- б) Исключение любых форм мотивации
- в) Отсутствие возможности участия в соревнованиях
- г) Отмена ежемесячных отчетов

10.Какие темы могут включаться в учебный план дополнительных программ по физической культуре для повышения общей культуры обучающихся?

- а) История физической культуры
- б) Только физические упражнения
- в) Политические дискуссии
- г) География мировых спортивных событий

11.Какие методы поддержки физической активности можно предложить для обучающихся вне учебного времени?

- а) Формирование внеклассных спортивных клубов
- б) Запрет на занятия вне учебного времени
- в) Разрешение на игры в компьютерные игры
- г) Запрет на участие в спортивных мероприятиях

12. Какие ресурсы и оборудование необходимо для успешной реализации дополнительных программ по физической культуре?

- а) Компьютеры и интернет
- б) Специализированное спортивное оборудование
- в) Только книги и учебники
- г) Отсутствие необходимости в оборудовании

13. Как оценивается эффективность проведенных занятий в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Оценка физического состояния обучающихся
- б) Пропуск занятий
- в) Отсутствие отзывов и обратной связи
- г) Только учебные достижения

14. Каким образом можно содействовать распространению информации о дополнительных программах по физической культуре среди обучающихся?

- а) Создание информационных буклетов и рекламных материалов
- б) Отказ от рекламы
- в) Использование только устного рекламного обращения
- г) Исключение любых форм информирования

15. Какие преимущества могут предоставить обучающимся участие в международных соревнованиях по физической культуре?

- а) Расширение круга общения и межкультурное обмен опытом
- б) Ограничение общения с представителями других стран
- в) Уменьшение интереса к физической активности
- г) Отсутствие пользы от участия в международных мероприятиях

16. Как оценить уровень безопасности занятий в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Проведение аудита безопасности
- б) Игнорирование вопросов безопасности
- в) Проведение занятий без контроля
- г) Запрет на физическую активность

17. Какие формы обратной связи могут использоваться для оценки удовлетворенности обучающихся дополнительными программами по физической культуре?

- а) Анкетирование
- б) Отсутствие обратной связи
- в) Исключение любых форм оценки
- г) Только устные высказывания

18. Каким образом можно интегрировать элементы дополнительных программ по физической культуре в основное образование?

- а) Разработка интегрированных учебных модулей
- б) Исключение интеграции
- в) Продление учебного времени
- г) Исключение дополнительных программ из образовательного процесса

19. Какие практики могут содействовать созданию положительной атмосферы в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация спортивных мероприятий и фестивалей
- б) Игнорирование праздников и торжеств
- в) Запрет на любые мероприятия
- г) Ограничение контактов между обучающимися

20. Какие методы могут помочь обучающимся справляться со стрессом в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Использование методов релаксации
- б) Запрет на обсуждение эмоционального состояния
- в) Исключение физических упражнений
- г) Игнорирование эмоционального состояния обучающихся

21. Каким образом можно организовать эффективное взаимодействие между преподавателями и обучающимися в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Проведение регулярных консультаций и бесед
- б) Отсутствие контактов между преподавателями и обучающимися
- в) Прекращение взаимодействия во время учебных занятий
- г) Отказ от взаимодействия вне аудитории

22. Какие возможности для развития творческих способностей можно предоставить обучающимся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация творческих проектов и выступлений
- б) Исключение творческих аспектов из программы
- в) Ограничение обучения только физическим упражнениям
- г) Запрет на выражение творческих идей

23. Какие методы могут способствовать развитию самодисциплины и ответственности у обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Установление четких правил и регулярных проверок выполнения заданий
- б) Отсутствие правил и контроля
- в) Исключение обязательств
- г) Запрет на проверку выполнения заданий

24. Какие формы поддержки и сотрудничества могут существовать между дополнительными программами по физической культуре и родителями обучающихся?

- а) Регулярные родительские встречи и отчеты о прогрессе
- б) Исключение родителей из образовательного процесса
- в) Отсутствие контактов с родителями
- г) Отказ от взаимодействия с родителями

25. Каким образом можно содействовать формированию у обучающихся позитивного отношения к физической активности в долгосрочной перспективе?

- а) Создание интересных и разнообразных уроков
- б) Отказ от организации интересных уроков
- в) Ограничение физической активности
- г) Запрет на проведение уроков по физической культуре

26. Какие методы оценки физической активности могут использоваться в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Тестирование на гибкость и выносливость
- б) Оценка по исключительно теоретическим тестам
- в) Игнорирование оценки физической активности
- г) Оценка только по общему поведению в классе

27. Каким образом можно адаптировать дополнительные программы по физической культуре для обучающихся с ограниченными физическими возможностями?

- а) Индивидуализация занятий и использование специализированного оборудования
- б) Исключение участия обучающихся с ограниченными возможностями
- в) Проведение занятий без учета особенностей каждого обучающегося
- г) Отказ от адаптации программы

28. Какие ресурсы могут быть использованы для поддержки дополнительных программ по физической культуре в местном сообществе?

- а) Вовлечение местных спортивных клубов и тренеров
- б) Изоляция программы от местного сообщества
- в) Отсутствие поддержки местных организаций
- г) Игнорирование местных ресурсов

29. Какие меры могут содействовать созданию позитивного конкурентного духа среди обучающихся в рамках дополнительных программ по физической культуре?

- а) Организация соревнований и стимулирование достижений
- б) Запрет участия в соревнованиях
- в) Игнорирование индивидуальных успехов
- г) Ограничение общения между обучающимися

30. Каким образом можно поддерживать постоянный интерес обучающихся к дополнительным программам по физической культуре?

- а) Постоянное обновление содержания программы и внесение изменений
- б) Отказ от изменений в программе

в) Ограничение разнообразия занятий

г) Игнорирование обратной связи обучающихся

31. Что такое методика обучения двигательным действиям?

а) Система правил для вождения автомобиля.

б) Методы преподавания физической культуры.

в) Подходы к обучению двигательным навыкам.

32. Какие основные этапы включает в себя методика обучения двигательным действиям?

а) Подготовительный, формирующий, заключительный.

б) Теоретический, практический, экзаменационный.

в) Изучение, тренировка, оценка.

33. Какова роль обратной связи в процессе обучения двигательным действиям?

а) Не важна, главное выполнение задания.

б) Помогает студентам понять свои ошибки и улучшить навыки.

в) Используется только на начальных этапах обучения.

34. Какие факторы влияют на эффективность методики обучения двигательным действиям?

а) Только уровень физической подготовленности студента.

б) Педагогические навыки преподавателя, мотивация студента, условия обучения.

в) Только наличие необходимого оборудования.

35. Какой подход к обучению двигательным навыкам считается наиболее эффективным?

а) Только индивидуальные занятия.

б) Только групповые занятия.

в) Индивидуализированный подход, учитывающий особенности каждого студента.

36. Какое значение имеет понятие "моторика" в контексте методики обучения двигательным действиям?

а) Электрическая активность мышц.

б) Способность выполнять двигательные действия.

в) Уровень выносливости организма.

37. Какие принципы должны учитываться при разработке методики обучения физической подготовке?

а) Единообразии и неизменности задач.

б) Индивидуализации и прогрессивности.

в) Сравнение и соперничество.

38. Что включает в себя фаза "анализа" при обучении новому двигательному навыку?

а) Изучение теоретических основ навыка.

б) Разбор движения на составные элементы.

в) Оценка эффективности движения.

39. Какие сенсорные системы играют важную роль в формировании двигательных навыков?

а) Зрение, слух, вкус.

б) Зрение, слух, осязание.

в) Осязание, вкус, обоняние.

40. Какова роль мотивации в процессе обучения двигательным действиям?

а) Безразлична, если задание правильное.

б) Способствует улучшению внимания и усвоению материала.

в) Имеет значение только для детей.

Вариант № 2

1. Что представляет собой принцип "постепенности" в методике обучения двигательным действиям?

а) Обучение взрослых и детей в одной группе.

б) Постепенное усложнение задач и увеличение нагрузки.

в) Беззаветное подчинение инструкциям преподавателя.

2. Какие методы оценки эффективности двигательных действий используются в методике обучения?

а) Только биомеханические измерения.

б) Анкетирование студентов.

в) Объективные и субъективные методы.

3.Что такое "мышечная память" в контексте формирования двигательных навыков?

а) Возможность быстро освоить новое движение.

б) Способность мышц запоминать и воспроизводить движения.

в) Память о том, какие мышцы задействованы в конкретном движении.

4.Какие факторы могут привести к неудачному формированию двигательных навыков?

а) Только недостаток времени.

б) Перегрузка тренировок и отсутствие отдыха.

в) Исключительно генетические особенности.

5.Какое значение имеет понятие "сенсомоторика" в методике обучения двигательным действиям?

а) Совокупность мышечных ощущений.

б) Взаимодействие сенсорных и двигательных систем.

в) Методика обучения спортивной фотографии.

6.Какова роль "подражания" в формировании двигательных навыков?

а) Бесполезна, если у студента нет индивидуальных способностей.

б) Помогает улучшить технику выполнения движений.

в) Не имеет значения для физической подготовки.

7.Какие методы могут использоваться для создания эффективных упражнений по формированию двигательных навыков?

а) Использование только оборудования.

б) Систематическое применение разнообразных и адаптивных задач.

в) Только повторение одних и тех же упражнений.

8.Что представляет собой "закон участия" в методике обучения двигательным действиям?

а) Все студенты должны быть активно вовлечены в урок.

б) Ученикам необходимо участвовать в уроках обучения двигательным действиям.

в) Только самые талантливые ученики должны участвовать.

9.Какова роль игровых элементов в методике обучения двигательным действиям?

а) Не влияют на эффективность обучения.

б) Способствуют повышению мотивации и улучшению восприятия учебного материала.

в) Используются исключительно для развлечения.

10.Какие методы можно применять для коррекции ошибок в выполнении двигательных действий?

а) Исключительно критика и наказание.

б) Объяснение правильного варианта выполнения движения и последующая коррекция.

в) Только самоконтроль ученика.

11.Какие виды обратной связи используются в методике обучения двигательным действиям?

а) Только устная обратная связь от преподавателя.

б) Визуальная обратная связь с использованием видеозаписей.

в) Комбинация различных видов обратной связи.

12.Что такое "динамическая координация" в контексте методики обучения двигательным действиям?

а) Статическое положение тела при выполнении движения.

б) Взаимодействие различных частей тела во время движения.

в) Использование динамита для улучшения физической формы.

13.Как влияет эмоциональное состояние на эффективность обучения двигательным действиям?

а) Абсолютно не влияет.

б) Может положительно или отрицательно повлиять на усвоение навыков.

в) Всегда отрицательно влияет.

14.Какие методы могут применяться для развития координации движений?

а) Только медитация.

б) Специализированные упражнения и тренировки.

в) Только физическая активность без дополнительных упражнений.

15.Какое значение имеет понятие "баланс" в методике обучения двигательным действиям?

а) Только отсутствие падений при выполнении движений.

- б) Способность поддерживать равновесие при выполнении двигательных действий.
- в) Не влияет на качество движений.

16. Как влияет возраст студента на процесс обучения двигательным действиям?

- а) На молодых студентов методика не влияет.
- б) Все студенты учатся одинаково.
- в) Может требовать различных подходов в зависимости от возрастной группы.

17. Какие роли могут выполнять партнеры при обучении двигательным действиям в паре?

- а) Только дополнительная нагрузка.
- б) Взаимная помощь, соперничество или совместная тренировка.
- в) Партнеры не влияют на эффективность обучения.

18. Какие факторы могут влиять на формирование устойчивых двигательных навыков?

- а) Только индивидуальные особенности студента.
- б) Частые изменения методики обучения.
- в) Регулярная тренировка и повторение.

19. Какие методы могут использоваться для развития силы в контексте методики обучения двигательным действиям?

- а) Только тренировка с гантелями.
- б) Разнообразные упражнения, включая тяжелые и легкие нагрузки.
- в) Силовые напитки и добавки.

20. Каким образом можно интегрировать технологии в методику обучения двигательным действиям?

- а) Только для развлекательных целей.
- б) Использование видеоанализа, виртуальных тренажеров и мобильных приложений.
- в) Технологии не приносят дополнительной пользы в обучении.

21. Какие физические качества развиваются при выполнении кардио-тренировок?

- а) Сила
- б) Выносливость
- в) Гибкость
- г) Баланс

22. Какой вид тренировок способствует укреплению мышц?

- а) Аэробика
- б) Силовые тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Танцы

23. Какие упражнения способствуют развитию гибкости?

- а) Приседания
- б) Подтягивания
- в) Растяжка
- г) Бег

24. Какова роль тренировок на силовых тренажерах в развитии физических качеств?

- а) Улучшение выносливости
- б) Укрепление мышц
- в) Развитие баланса
- г) Повышение скорости

25. Что представляют собой анаэробные тренировки?

- а) Тренировки с высокой интенсивностью
- б) Тренировки с низкой интенсивностью
- в) Тренировки на длительные дистанции
- г) Тренировки на равномерном темпе

26. Какие факторы влияют на развитие физических качеств?

- а) Питание
- б) Сон
- в) Психологический настрой
- г) Все вышеперечисленное

27. Какие упражнения способствуют развитию кардиореспираторной выносливости?

- а) Жим лежа

- б) Бег
- в) Подтягивания
- г) Приседания

28. Какие методы тренировки применяются для развития скорости?

- а) Интервальные тренировки
- б) Силовые тренировки
- в) Технические упражнения
- г) Растяжка

29. Что такое функциональная тренировка?

- а) Тренировка, направленная на развитие определенной группы мышц
- б) Тренировка, повышающая общую физическую подготовку
- в) Тренировка с использованием специальных тренажеров
- г) Тренировка для улучшения гибкости

30. Какие методы тренировки могут помочь в управлении весом?

- а) Аэробные тренировки
- б) Силовые тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Все вышеперечисленное

31. Что такое тренировка высокой интенсивности?

- а) Тренировка с низкой интенсивностью
- б) Тренировка средней интенсивности
- в) Тренировка, требующая максимальных усилий
- г) Тренировка на долгие дистанции

32. Какие упражнения способствуют развитию координации?

- а) Бег
- б) Силовые тренировки
- в) Упражнения с балансированием
- г) Плавание

33. Как влияет регулярная физическая активность на здоровье сердечно-сосудистой системы?

- а) Повышает риск заболеваний
- б) Улучшает работу сердца
- в) Не оказывает влияния
- г) Уменьшает мышечную массу

34. Какова роль растяжки в тренировочном процессе?

- а) Укрепление мышц
- б) Улучшение гибкости
- в) Развитие силы
- г) Повышение выносливости

35. Какие виды тренировок эффективны для поддержания общей физической формы?

- а) Силовые тренировки
- б) Аэробные тренировки
- в) Интервальные тренировки
- г) Все вышеперечисленное

36. Что такое периодизация тренировок?

- а) Постоянная однотипная тренировка
- б) Изменение интенсивности и объема тренировок в течение времени
- в) Отсутствие тренировок в определенные периоды
- г) Тренировка только в определенное время суток

37. Какие принципы следует соблюдать при разработке программы тренировок?

- а) Принцип переутомления
- б) Принцип индивидуализации
- в) Принцип регулярности
- г) Все вышеперечисленное

38. Какие факторы могут влиять на эффективность тренировочного процесса?

- а) Стресс
- б) Правильное питание

- в) Недостаточный отдых
 - г) Все вышеперечисленное
- 39. Какие виды тренировок подходят для людей разного возраста?**

- а) Только аэробные тренировки
- б) Только силовые тренировки
- в) Разнообразные виды тренировок, адаптированные к возрасту
- г) Только интервальные тренировки

40. Какие методы можно использовать для повышения мотивации в тренировочном процессе?

- а) Установка конкретных целей
- б) Использование разнообразных тренировок
- в) Участие в соревнованиях
- г) Все вышеперечисленное

Вариант №3

1. Что является ключевым фактором формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом?

- а) Внешние поощрения и награды
- б) Внутреннее желание и удовлетворение
- в) Давление со стороны окружающих
- г) Случайные обстоятельства

2. Какие факторы могут повлиять на уровень мотивации к занятиям физической активностью?

- а) Здоровье
- б) Социальная поддержка
- в) Перегруженность работой или учебой
- г) Все вышеперечисленные

3. Какое из следующих утверждений наилучшим образом описывает внутреннюю мотивацию?

- а) Ожидание внешней награды
- б) Желание саморазвития и достижения
- в) Давление со стороны окружающих
- г) Отсутствие интереса к физической активности

4. Какие стратегии можно использовать для развития мотивации к занятиям спортом?

- а) Установка конкретных целей
- б) Поддержка со стороны окружающих
- в) Создание интересных тренировок
- г) Все выше перечисленные

5. Как воспитать мотивацию у детей к физической активности?

- а) Ограничить время, проводимое перед экранами устройств
- б) Предоставить выбор вида физической активности
- в) Поощрять достижения и усилия
- г) Все выше перечисленные

6. Какие факторы могут снизить мотивацию к занятиям спортом?

- а) Негативный опыт или травмы
- б) Отсутствие социальной поддержки
- в) Низкая самооценка
- г) Все выше перечисленные

7. Что такое внешняя мотивация?

- а) Желание саморазвития
- б) Давление со стороны окружающих
- в) Удовлетворение от самой деятельности
- г) Внутреннее стремление к достижению целей

8. Какие типы мотивации существуют согласно теории самоопределения?

- а) Внутренняя, внешняя, аморфная
- б) Автономная, контролируемая, смешанная
- в) Интрузивная, экструзивная, стабильная
- г) Все выше перечисленные

9. Какие факторы могут повлиять на формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой?

- а) Уровень самоофективности
- б) Возможность выбора активности
- в) Поддержка со стороны тренера
- г) Все выше перечисленные

10. Что такое эффект "flow" в контексте занятий спортом?

- а) Состояние полной гармонии с деятельностью
- б) Отсутствие мотивации
- в) Зависимость от внешних поощрений
- г) Отсутствие интереса к физической активности

11. Какие методы можно применить для стимулирования внутренней мотивации к физической активности?

- а) Предоставление выбора вида занятий
- б) Установка внешних поощрений
- в) Сравнение с другими участниками
- г) Игнорирование индивидуальных предпочтений

12. Какие роли играют личные цели в формировании мотивации к спорту?

- а) Они могут быть источником внутренней мотивации
- б) Они всегда приводят к сравнению с другими
- в) Цели не влияют на мотивацию
- г) Лучше не ставить цели, чтобы избежать стресса

13. Какие факторы могут способствовать долгосрочной устойчивой мотивации к занятиям спортом?

- а) Регулярная обратная связь
- б) Разнообразие вида тренировок
- в) Отсутствие ясных целей
- г) Изоляция от окружающих

14. Как влияет социальная поддержка на мотивацию к физической активности?

- а) Увеличивает вероятность участия в занятиях
- б) Негативно влияет на самооценку
- в) Не имеет значения для мотивации
- г) Уменьшает интерес к тренировкам

15. Какие роли могут играть тренеры в развитии мотивации у своих подопечных?

- а) Мотивировать и вдохновлять
- б) Сравнить с другими спортсменами
- в) Игнорировать индивидуальные потребности
- г) Не обращать внимания на психологическое состояние

16. Какие психологические препятствия могут возникнуть при формировании мотивации к физической активности?

- а) Страх неудачи
- б) Отсутствие социальной поддержки
- в) Недостаток знаний о пользе спорта
- г) Все вышеперечисленные

17. Как повысить мотивацию в групповых занятиях по физической активности?

- а) Стимулировать внутреннюю конкуренцию
- б) Способствовать взаимной поддержке
- в) Исключить индивидуальные цели
- г) Ограничить выбор участников

18. Какие роли играет индивидуальная самооценка в формировании мотивации?

- а) Она может быть фактором внутренней мотивации
- б) Влияет только на внешнюю мотивацию
- в) Самооценка не важна для мотивации
- г) Самооценка всегда негативно влияет на мотивацию

19. Какие стратегии можно использовать для преодоления трудностей в формировании мотивации?

- а) Разработка реалистичных целей
- б) Игнорирование проблем
- в) Осуждение себя за неудачи
- г) Постановка неосуществимых задач

20. Как влияют внешние поощрения на уровень мотивации к занятиям физической активностью?

- а) Могут стать стимулом краткосрочной мотивации
- б) Не влияют на мотивацию
- в) Всегда приводят к устойчивой мотивации
- г) Внешние поощрения приводят к стрессу и демотивации

21. Какие факторы могут способствовать формированию устойчивой мотивации к занятиям спортом в детском возрасте?

- а) Родительская поддержка
- б) Принуждение к тренировкам
- в) Отсутствие выбора активности
- г) Несогласие с детскими желаниями

22. Как влияет эмоциональное состояние на мотивацию к физической активности?

- а) Положительные эмоции могут усилить мотивацию
- б) Эмоции не влияют на мотивацию
- в) Отрицательные эмоции всегда снижают мотивацию
- г) Эмоциональное состояние влияет только на внешнюю мотивацию

23. Какие методы развития мотивации можно использовать в образовательных учреждениях?

- а) Внедрение интересных программ
- б) Игнорирование индивидуальных потребностей
- в) Ограничение выбора видов занятий
- г) Все выше перечисленные

24. Какие типы мотивации могут существовать у одного человека одновременно?

- а) Только внутренняя
- б) Только внешняя
- в) Смешанная
- г) Внутренняя и аморфная

25. Какие роли могут играть соревнования в формировании мотивации?

- а) Способствовать внутренней мотивации
- б) Повышать уровень стресса
- в) Негативно влиять на самооценку
- г) Все вышеперечисленные

26. Как влияет возраст на мотивацию к занятиям физической культурой?

- а) с возрастом мотивация всегда снижается
- б) Возраст не влияет на мотивацию
- в) Мотивация может изменяться в разные периоды жизни
- г) Мотивация зависит только от физического состояния

27. Как использование технологий может повлиять на мотивацию к физической активности?

- а) Технологии всегда снижают мотивацию
- б) Могут стать стимулом для занятий
- в) Не влияют на мотивацию
- г) Использование технологий приводит к зависимости

28. Как влияет индивидуальное восприятие тела на мотивацию к занятиям спортом?

- а) Положительное восприятие тела может усилить мотивацию
- б) Отрицательное восприятие тела всегда снижает мотивацию
- в) Восприятие тела не влияет на мотивацию
- г) Индивидуальное восприятие тела зависит только от внешних факторов

29. Как внутренняя мотивация отличается от внешней в контексте занятий спортом?

- а) Внутренняя мотивация исходит из внешних поощрений
- б) Внутренняя мотивация основана на личных интересах и ценностях
- в) Внутренняя мотивация всегда является результатом социального давления
- г) Внешняя мотивация не существует

30. Как важен выбор подходящей физической активности для формирования мотивации?

- а) Не важен, любая активность подходит
- б) Выбор активности может увеличить интерес и мотивацию
- в) Лучше не предоставлять выбор, чтобы избежать конфликтов
- г) Выбор активности всегда приводит к негативным последствиям

31. Что включает в себя процесс планирования учебного занятия?

- а) Только выбор темы
- б) Выбор темы, целей, методов и оценки
- в) Определение продолжительности занятия

32. Какой компонент необходимо включить в цели учебного занятия?

- а) Только активность учеников
- б) Только материал для чтения
- в) Знания, умения и/или отношения

33. Какие шаги включает в себя разработка учебного плана?

- а) Только написание плана
- б) Определение целей, выбор методов, разработка материалов
- в) Проведение учебного занятия

34. Какое значение имеет оценка в процессе планирования учебного занятия?

- а) Оценка не имеет значения
- б) Оценка помогает учителю понять эффективность занятия
- в) Оценка необходима только для учеников

35. Какие методы эффективны при планировании учебных занятий?

- а) Только лекции
- б) Разнообразные методы в зависимости от целей и содержания
- в) Только групповая работа

36. Что важно учитывать при выборе методов обучения?

- а) Только предпочтения учителя
- б) Способности учеников и цели обучения
- в) Только доступность материалов

37. Какова роль мотивации в процессе учебного занятия?

- а) Мотивация не важна
- б) Мотивация помогает ученикам лучше усваивать материал
- в) Мотивация важна только для учителя

38. Каким образом учитывается дифференциация в учебном плане?

- а) Дифференциация не требуется
- б) Использование различных методов и материалов для разных уровней учеников
- в) Только различные темы для каждого ученика

39. Как можно оценить эффективность учебного занятия?

- а) Только по отзывам учеников
- б) По достижению поставленных целей и результатам оценок
- в) Только по своему субъективному мнению учителя

40. Какие факторы следует учитывать при планировании времени урока?

- а) Только продолжительность урока
- б) Разнообразие активностей, перерывы, индивидуальная работа
- в) Только распределение материала

Вариант №4

1. Какую роль играют технологии в планировании и проведении учебных занятий?

- а) Технологии не имеют значения
- б) Технологии могут обогатить учебный процесс и сделать его более интересным
- в) Технологии полностью заменяют традиционные методы обучения

2. Какие аспекты следует учитывать при организации групповой работы на уроке?

- а) Только количество участников
- б) Распределение ролей, обеспечение взаимодействия и обратная связь
- в) Только продолжительность работы в группах

3. Почему важно учитывать индивидуальные особенности учеников при планировании урока?

- а) Индивидуальные особенности не имеют значения
- б) Это способствует удовлетворению запросов каждого ученика и повышению мотивации
- в) Только для предотвращения конфликтов

4.Какие принципы эффективной коммуникации важны при проведении урока?

- а) Только четкость и громкость речи
- б) Активное слушание, ясность выражения мыслей, учет языковых особенностей учеников
- в) Только использование визуальных материалов

5.Как можно содействовать взаимодействию учащихся в рамках урока?

- а) Только установкой четких правил
- б) Организацией коллективных задач и дискуссий
- в) Только индивидуальной работой

6.Какой метод оценивания эффективен для измерения понимания материала учениками?

- а) Только устные опросы
- б) Работа с письменными заданиями и тестами
- в) Только проектные работы

7.Как организовать самостоятельную работу учеников после урока?

- а) Только домашними заданиями
- б) Составлением планов учебной деятельности
- в) Только прочтением учебных материалов

8.Почему важно рефлексировать после проведения учебного занятия?

- а) Рефлексия не приносит пользы
- б) Это способствует выявлению успешных методов и коррекции ошибок
- в) Только для удовлетворения требований учебного плана

9.Какова роль обратной связи в учебном процессе?

- а) Обратная связь не имеет значения
- б) Она помогает учащимся понять свои ошибки и совершенствоваться
- в) Только для оценки работы учителя

10.Какие методы можно использовать для активизации учащихся на уроке?

- а) Только лекции
- б) Игры, дискуссии, практические задания
- в) Только индивидуальная работа

11.Какие принципы следует соблюдать при оценке учебных достижений учеников?

- а) Только объективность
- б) Ясность критериев и справедливость
- в) Только соблюдение сроков

12.Как организовать интерактивные методы обучения на уроке?

- а) Только использование учебников
- б) Использование видеоматериалов и проведение дискуссий
- в) Только традиционные методы

13.Как включить элементы творчества в учебный процесс?

- а) Только через проектную деятельность
- б) Разнообразные творческие задания и поощрение идей
- в) Только через художественные кружки

14.Как избежать монотонности в ходе учебного занятия?

- а) Только сменой темы
- б) Разнообразие методов, использование интересных примеров, вопросы и обсуждение
- в) Только короткими перерывами

15.Какая роль отводится обратной связи от учеников в процессе обучения?

- а) Обратная связь не важна
- б) Она помогает учителю лучше адаптировать методы обучения
- в) Только для формальной оценки ученической активности

16.Почему важно учитывать разные стили обучения учеников?

- а) Различия в стилях обучения не существуют
- б) Это позволяет адаптировать уроки под индивидуальные потребности каждого ученика
- в) Только для предотвращения конфликтов

17.Каким образом можно внедрить элементы проектной деятельности в учебный процесс?

- а) Только через проведение проектных недель
- б) Использование проектов как формы оценки и активизации учащихся
- в) Только в старших классах

18. Какие принципы следует соблюдать при выборе учебных материалов?

- а) Только актуальность и доступность
- б) Соответствие уровню сложности, интерес и разнообразие
- в) Только согласование с учебником

19. Какие факторы влияют на успешность урока?

- а) Только уровень подготовки учителя
- б) Взаимодействие всех компонентов учебного процесса, включая мотивацию учеников и организацию времени
- в) Только техническое оснащение класса

20. Почему важно предоставлять возможность для саморегуляции учеников?

- а) Саморегуляция не имеет значения
- б) Это способствует развитию самостоятельности и ответственности
- в) Только для уменьшения нагрузки на учителя

21. Что представляет собой педагогический контроль?

- а) Оценка знаний студентов
- б) Процесс проверки и оценки образовательных достижений
- в) Способ поддержания дисциплины в классе
- г) Все вышеперечисленное

22. Какие основные виды педагогического контроля существуют?

- а) Текущий контроль
- б) Промежуточный контроль
- в) Итоговый контроль
- г) Все вышеперечисленные

23. Какие методы педагогического контроля можно использовать на учебных занятиях?

- а) Устные вопросы
- б) Письменные тесты
- в) Практические задания
- г) Все вышеперечисленные

24. Какое значение имеет обратная связь в процессе педагогического контроля?

- а) Облегчает оценку студентов
- б) Помогает студентам понять свои ошибки
- в) Способствует улучшению учебного процесса
- г) Все вышеперечисленные

25. Что такое диагностический контроль?

- а) Контроль, направленный на выявление уровня знаний студентов перед началом обучения
- б) Контроль, проводимый в конце учебного периода
- в) Контроль, направленный на оценку текущего уровня знаний студентов
- г) Все вышеперечисленные

26. Какова цель текущего контроля?

- а) Оценка знаний студентов в конце учебного периода
- б) Оценка текущего уровня знаний студентов
- в) Оценка промежуточных достижений
- г) Все вышеперечисленное

27. Какие особенности промежуточного контроля?

- а) Проводится после завершения учебного курса
- б) Оценивает студентов в середине учебного периода
- в) Сосредотачивается на общем уровне знаний
- г) Все вышеперечисленное

28. Что включает в себя итоговый контроль?

- а) Экзамены
- б) Зачеты
- в) Завершающие проекты
- г) Все вышеперечисленное

29.Какие факторы следует учитывать при выборе методов контроля?

- а) Характер предмета
- б) Уровень подготовки студентов
- в) Цели обучения
- г) Все вышеперечисленное

30.Какова роль самооценки студентов в педагогическом контроле?

- а) Оценка, проводимая преподавателем
- б) Оценка, проводимая студентами сами собой
- в) Оценка, проводимая коллективом студентов
- г) Все вышеперечисленное

31.Что такое формативная оценка?

- а) Оценка, проводимая в конце учебного периода
- б) Оценка, направленная на коррекцию обучения в процессе
- в) Оценка, проводимая только преподавателем
- г) Все вышеперечисленное

32.Какие проблемы может решать педагогический контроль?

- а) Выявление пропусков в знаниях студентов
- б) Коррекция учебного процесса
- в) Оценка эффективности методик преподавания
- г) Все вышеперечисленное

33.Какие методы обратной связи эффективны в педагогическом контроле?

- а) Устные комментарии преподавателя
- б) Письменные замечания
- в) Групповое обсуждение результатов
- г) Все вышеперечисленное

34.Какова роль рефлексии в педагогическом контроле?

- а) Повторение материала перед экзаменом
- б) Анализ учебного процесса и результатов
- в) Оценка деятельности преподавателя
- г) Все вышеперечисленное

35.Что такое портфолио студента?

- а) Сборник лучших работ студента
- б) Документ, содержащий результаты педагогического контроля
- в) Оценочная ведомость
- г) Все вышеперечисленное

36.Какие трудности могут возникнуть при проведении педагогического контроля?

- а) Недостаток времени
- б) Отсутствие объективности оценки
- в) Разнообразии стилей обучения студентов
- г) Все вышеперечисленное

37.Какие принципы эффективного педагогического контроля?

- а) Четкость и ясность критериев оценки
- б) Регулярность проведения контроля
- в) Уважение к индивидуальным особенностям студентов
- г) Все вышеперечисленное

38.Какую роль играет мотивация студентов в контроле за учебным процессом?

- а) Отрицательную
- б) Нейтральную
- в) Положительную
- г) Все вышеперечисленное

39.Какова роль тестирования в педагогическом контроле?

- а) Оценка письменных работ студентов
- б) Проверка знаний по определенным критериям
- в) Оценка навыков практического применения знаний
- г) Все вышеперечисленное

40. Как можно повысить эффективность педагогического контроля?

- а) Использование разнообразных методов контроля
- б) Обеспечение обратной связи
- в) Адаптация контроля под индивидуальные особенности студентов

Критерии оценивания зачета:

Количество вопросов	Оценка	
16-20	5	Отлично
11-15	4	Хорошо
6-10	3	Удовлетворительно
0-5	2	Неудовлетворительно

Отлично – выставляется обучающемуся, ответившему на 16-20 вопросов.

Хорошо - выставляется обучающемуся, ответившему на 11-15 вопросов.

Удовлетворительно - выставляется обучающемуся, ответившему на 6-10 вопросов.

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2	Вариант № 3	Вариант № 4
1	б	в	б	б
2	б	б	г	б
3	а	в	б	б
4	б	б	г	б
5	а	в	г	б
6	а	б	г	б
7	б	в	б	б
8	а	б	б	б
9	а	в	г	б
10	б	б	а	б
11	а	в	а	б
12	б	в	а	б
13	б	б	г	б
14	а	б	а	б
15	а	в	а	б
16	а	б	г	б
17	а	в	б	б
18	а	в	а	б
19	а	в	а	б
20	а	б	а	б
21	а	б	а	г
22	а	б	а	г
23	а	в	а	г
24	а	б	в	г
25	б	а	а	а
26	а	г	в	б
27	а	б	б	б
28	а	в	а	г
29	а	б	б	г
30	а	г	б	г
31	б	в	б	б
32	в	в	в	г
33	б	б	б	г
34	в	б	б	б

35	В	Г	б	Г
36	б	б	В	Г
37	В	Г	б	Г
38	б	Г	б	Г
39	б	В	б	Г
40	В	Г	б	Г