1. МДК 01.07. Теория и методика физического воспитания с практикумом

2. Преподаватель: Москаленко В.И.

3. Название темы: Дифференцированный зачет.

2 часа

Учебник Теория и методика физического воспитания.

4. Задание: Выполнить письменно два задания (дать развернутый ответ на один теоретический и один практический вопрос по алфавитному списку учебной группы)

5. Итоговую работу сдать до 23.05.2020

**ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

Форма проведения – дифференцированный зачет

**ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**Вопросы дифференцированного зачета**

**Задание: дайте полные ответы на следующие вопросы:**

1. Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание.
2. Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания.
3. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье.
4. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека: умственную и физическую работоспособность.
5. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья.
6. Плотность и физическая нагрузка на уроках физической культуры. Пути повышения плотности и способы регулирования физической нагрузки.
7. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни и стиля жизни.
8. Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений.
9. Двигательная активность человека, ее влияние на основные органы и системы организма.
10. Характеристика некоторых состояний организма: разминка, врабатывание, утомление, восстановление.
11. Основные физические качества человека и комплекс физических упражнений, способствующих их развитию и совершенствованию.
12. Воспитательные возможности урока физической культуры в начальной школе
13. Воспитание основных качеств личности младшего школьника на уроке физической культуры.
14. Методы и методики педагогического контроля учебной деятельности младших школьников на уроке физической культуры
15. Критерии выставления отметок и виды учета успеваемости обучающихся по физической культуре
16. Виды учебной документации по физической культуре, требования к ее оформлению
17. Применение приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдение техники безопасности на занятиях.
18. Основы знаний о приемах саморегуляции и самоконтроля.
19. Значение и задачи проведения подвижных игр в начальной школе.
20. Требования к проведению подвижных игр.
21. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.
22. Акробатические упражнения. Висы и упоры. Лазания и перелезания.
23. Легкоатлетические упражнения. Ходьба и ее разновидности. Бег и его разновидности.
24. Легкоатлетические упражнения. Прыжки и их разновидности. Метания.
25. Подготовительные и подводящие упражнения при обучении школьников основным двигательным действиям
26. Применение приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдение техники безопасности на занятиях.
27. Основные требования к форме одежды и внешнему виду на занятиях физической культурой.
28. Требования к содержанию и уровню подготовки младших школьников.
29. Основные физические качества человека и комплекс физических упражнений, способствующих их развитию и совершенствованию.
30. Основные виды ТСО и их применение в образовательном процессе.
31. Осуществление самоконтроля и самоанализа при проведении уроков по физической культуре.
32. Особенности установления педагогических целесообразных взаимоотношений с обучающимися.
33. Особенности проведения занятий по физической культуре с одаренными детьми младшего школьного возраста и детьми с проблемами в развитии и трудностями в обучении.
34. Особенности планирования и проведения коррекционно-развивающей работы с обучающимися, имеющими трудности в обучении.
35. Меры предупреждения травматизма, техника безопасности и санитарно-гигиенические нормы и требования на уроках физической культуры.
36. Воспитание психических и волевых качеств (смелости, решительности, упорства и настойчивости, инициативы и находчивости) на уроках физической культуры.
37. Развитие физических качеств (быстроты, ловкости, силы и выносливости) на уроках физической культуры.
38. Плотность и физическая нагрузка на уроках физической культуры. Пути повышения плотности и способы регулирования физической нагрузки.
39. Последовательность обучения отдельному приему или упражнению, методика устранения ошибок.
40. Материальное обеспечение уроков физической культуры.

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**Методические задания**

1. Определить цели и задачи урока физической культуры по заданной теме.
2. Провести анализ просмотренного урока физической культуры с целью оценки результатов деятельности учащихся на уроке и выставления отметок.
3. Разработать план-конспект вводной части урока физической культуры (15 упражнений).
4. Разработать план-конспект основной части урока физической культуры (подвижные игры).
5. Разработать план-конспект основной части урока физической культуры (гимнастика).
6. Разработать план-конспект основной части урока физической культуры (легкая атлетика).
7. Провести подвижную игру с последующим самоанализом.
8. Провести разминку методом показа.
9. Провести разминку словестным методом.
10. Провести разминку поточным методом.
11. Проведение строевых упражнений, общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов.
12. Выполнение упражнений в ходьбе и беге. Анализ техники выполнения, осуществление страховки и самостраховки.
13. Выполнение прыжков и метаний. Анализ техники выполнения, осуществление страховки и самостраховки.
14. Применение приемов страховки и самостраховки при выполнении комбинации из висов и лазания по гимнастической стенке с последующим объяснением техники выполнения упражнений.
15. Применение приемов страховки и самостраховки при выполнении упоров и лазания по гимнастической скамейке с последующим объяснением техники выполнения упражнений.
16. Провести фрагмент урока физической культуры (эстафету по легкой атлетике).
17. Провести фрагмент урока физической культуры (эстафету с мячом).
18. Провести обучение технике ведения баскетбольного мяча.
19. Провести обучение технике передачи и ловли мяча.
20. Провести заключительную часть урока физической культуры.
21. Провести самоанализ проведенного урока физической культуры с целью оценки результатов деятельности педагога.
22. Разработать план-конспект основной части урока физической культуры (гимнастика).
23. Провести разминку поточным методом.
24. Определить цели и задачи урока физической культуры по заданной теме.
25. Провести подвижную игру с последующим самоанализом.
26. Провести фрагмент урока физической культуры (эстафету с предметами).