

государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**по междисциплинарному курсу**  
МДК 02.02. Организация физкультурно-спортивной работы  
**специальность 49.02.01. Физическая культура**  
**квалификация «Педагог по физической культуре и спорту»**

Пермь  
2018

УТВЕРЖДЕНО  
Учебно-методический совет

Протокол № 2  
25 сентября 2018 г.  
Председатель УМС  
\_\_\_\_\_/Ефремова Е.А.

РАССМОТРЕНО  
ПЦК спортивных дисциплин

Протокол № 1  
18 сентября 2018 г.  
Председатель ПЦК  
\_\_\_\_\_/Трофименкова О.Г.

**Составитель:** Шамрай Е.В., преподаватель ГБПОУ «КОР ПК»

Настоящие методические указания по выполнению контрольной работы предназначены для студентов заочной формы обучения специальности 49.02.01. Физическая культура квалификация «Педагог по физической культуре и спорту».

Методические указания разработаны в соответствии с требованиями, предъявляемыми к освоению ФГОС.

Основная цель методических указаний - обеспечить студентов методикой выполнения контрольной работы.

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	4
1. Требования к содержанию контрольной работы	6
2. Требования к оформлению контрольной работы	8
3. Задания контрольной работы	8
4. Список информационных источников	9
5. Критерии оценивания контрольной работы	10
Приложение	11

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания по выполнению контрольной работы предназначены для студентов заочного отделения, обучающихся по специальности 49.02.01. Физическая культура квалификация «Педагог по физической культуре и спорту».

Письменная контрольная работа является обязательной формой текущего контроля самостоятельной работы студентов, обучающихся в рамках заочной формы обучения. Она отражает степень освоения студентом учебного материала по МДК 02.02. «Организация физкультурно-спортивной работы». А именно:

**в результате освоения МДК студент должен уметь:**

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо - функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;
- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

**В результате освоения МДК студент должен знать:**

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;

- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению.

Целью настоящих методических указаний является оказание методической помощи студентам при выполнении контрольной работы. Указания содержат необходимые сведения по составу, содержанию и оформлению работы. Кроме того, в методических указаниях приведен список рекомендуемых информационных источников и необходимые приложения.

## **1. Требования к содержанию контрольной работы.**

Для успешного выполнения контрольной работы по МДК 02.02 «Организация физкультурно-спортивной работы» необходимы **знания**:

- требований к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущности, целей, задач, функций, содержания, форм и методов физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- основ оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- истории, этапов развития и терминологии базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;
- техники профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методики проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- техники безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
- основ судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- видов физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- техники безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- видов документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению.

В соответствии с задачами обучения, контрольная работа содержит задания, в совокупности позволяющие оценить степень соответствия знаний и умений студента установленным требованиям.

**Задание 1.**Общеметодические принципы физического воспитания.

**Задание 2.**Физические качества и их характеристики.

Это задание отражает требования к необходимому объему знаний:

- требований к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущности, целей, задач, функций, содержания, форм и методов физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- основ оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности.

**Задание 3.** Составить конспект внеурочного занятия «Спортивный час» для детей младшего школьного возраста.

Это задание отражает требования к необходимому объему умений:

- к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- применения методики проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- применения методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- применять технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
- судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности;
- составления документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

Проблемные и сложные вопросы, возникающие в процессе изучения курса и выполнения контрольной работы, необходимо решать с преподавателем на консультациях.

Выполнению контрольной работы должно предшествовать самостоятельное изучение студентом рекомендованной литературы и других источников информации, обозначенных в списке. По ходу их изучения делаются выписки цитат, составляются иллюстрации и таблицы. Не допускается механическое переписывание материала учебников или лекций.

Ответы на теоретические вопросы должны отражать необходимую и достаточную компетенцию студента, содержать краткие и четкие формулировки, убедительную аргументацию, доказательность и обоснованность выводов, быть логически выстроены.

Решение практического задания должно сопровождаться краткими, но исчерпывающими пояснениями (аргументами).

В конце работы должен быть приведен список литературы в алфавитном порядке. На последней странице ставится подпись автора и дата.

Выполненная контрольная работа должна быть представлена в учебную часть до начала экзаменационной сессии. Контрольная работа, выполненная без соблюдения требований или не полностью, не засчитывается и возвращается студенту на доработку. В случае, если контрольная работа выполнена не по своему варианту, она не засчитывается и возвращается студенту для ее выполнения в соответствии с вариантом, указанным в таблице.

До начала сессии студент получает проверенную контрольную работу с исправлениями в тексте и замечаниями, а также рецензию, в которой анализируются все ошибки и неточности, даются рекомендации по исправлению ошибок и выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

Оценка «зачтено» является допуском к экзамену или зачету по соответствующей дисциплине. Работа с оценкой «не зачтено», должна быть доработана и представлена на повторное рецензирование.

## 2. Требования к оформлению контрольной работы.

Контрольная работа оформляется на компьютере в текстовом редакторе Word, должна быть распечатана на одной стороне белой бумаги формата А4 (210 x 297 мм). Размер полей (расстояние между текстом и краем страницы): слева - 30мм, справа - 10мм, сверху - 20мм, снизу - 20мм. Нумерация страниц – внизу по центру страницы. Межстрочный интервал — 1,5; красная строка (абзац) – 1,25; размер шрифта (кегель) - 14; тип (гарнитура) шрифта – Times New Roman, начертание литер обычное; выравнивание основного текста — по ширине; перенос — автоматический.

Титульный лист (Приложение) является первой страницей контрольной работы (номер на титульном листе не ставится), на второй странице дается содержание работы, далее следуют наименования теоретических вопросов и/ или практических заданий и ответы на них, все иллюстрации и таблицы должны быть пронумерованы.

Тексты цитат заключаются в кавычки и сопровождаются сноской.

## 3. Задания контрольной работы.

### 3.1. Раскрыть содержание представленных вопросов:

**Задание 1.** Общеметодические принципы физического воспитания.

**Задание 2.** Физические качества и их характеристики.

### 3.2. Выполнить практическое задание:

**Задание 3.** Составить конспект внеурочного занятия «Спортивный час» для детей младшего школьного возраста.

Алгоритм выполнения задания:

А). Запишите дату, место проведения, необходимый инвентарь.

Б). Определите задачи внеурочного занятия для детей младшего школьного возраста.

В). Подберите средства, методы и формы организации детей в зависимости от задач и направленности занятия.

Г). Запишите в таблицу части внеурочного занятия и распределение времени по его частям

Д). Подберите оборудование в соответствии с поставленными задачами.

Е). Продумайте методические указания на проблемы, которые могут возникнуть в процессе занятия.

План конспекта внеурочного занятия «Спортивный час».

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Необходимый инвентарь: \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

1. Обучающие:

2. Развивающие:

3. Воспитательные:

Части занятия	Содержание занятия	Дозировка	Организационно-методические указания

Показатель выполнения «выполнено»:

- корректно сформулированы задачи внеурочного занятия;
- подобрано оборудование и инвентарь в соответствии с поставленными задачами;
- последовательность упражнений и соответствие частям занятия;
- выбор методов и нагрузки, соответствуют задачам, возрастным особенностям;
- длительность частей занятия соответствует требованиям и задачам занятия.

#### 4. Список информационных источников

1. Алексеева, Е. П. Коллекция лучших физминуток для 5-11 классов. Методическое пособие / Е.П. Алексеева. - М.: Издательство Ольги Кузнецовой, 2013. - 112 с.
2. Арзуманов, С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5-9 классов / С.Г. Арзуманов. - М.: Феникс, 2015. - 672 с.
3. Барчуков И. Физическая культура: методики практического обучения: уч. для ВПО.-М.,2014.
4. Бишаева А. Проф.-оздор.ФК студента.-М.,2016.
5. Виленский М. Физическая культура: уч. для СПО.-М.,2015.
6. Воробьева, Н. Л. Игры и спортивные развлечения в школе и оздоровительном лагере для детей подросткового возраста / Н.Л. Воробьева. - М.: АРКТИ, 2013. - 200 с.
7. Глейберман, А. Н. Упражнения в парах / А.Н. Глейберман. - М.: Физкультура и спорт, 2013. - 264 с.
8. Каинов, А. Н. Рабочая программа по физической культуре. 5 класс. Методическое пособие / А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. - М.: Планета, 2015. - 109 с.
9. Каинов, А. Н. Физическая культура. 5 класс. Рабочая программа / А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. - М.: Планета, 2015. - 457 с.
10. Колодницкий, Г. А. Физическая культура. 1- 4 классы. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов. - М.: Просвещение, 2015. - 222 с.
11. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. - М.: Арсенал образования, 2014. - 393 с.
12. Кузнецов, В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2014. - 781 с.
13. Куклин, П. Ф. Военно-спортивные игры. 7-11 классы / П.Ф. Куклин, Л.А. Тетушкина, Л.А. Лаврова. - М.: Учитель, 2013. - 176 с.
14. Ломан, Вольфганг Бег, прыжки, метания / Вольфганг Ломан. - М.: Физкультура и спорт, 2015. - 160 с.
15. Макеева, Вера Степановна Методы Педагогического Контроля на уроках Физической Культуры / Макеева Вера Степановна. - Москва: ИЛ, 2013. - 315 с.
16. Максачук, Е. П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е.П. Максачук. - М.: Спутник +, 2016. - 104 с.
17. Назаренко, Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений / Л.Д. Назаренко. - М.: Владос, 2014. - 240 с.
18. Педагогика физкультурно-спортивного совершенствования/под ред. Ю. Железняк: уч.пос. для ВПО.-М.,2002.
19. Питерских, Г. Т. Олимпийский марафон. История Олимпийских игр в вопросах и ответах / Г.Т. Питерских. - М.: Русское слово - учебник, 2013. - 216 с.
20. Погадаев, Г. И. Народные игры на уроках физической культуры и во внеурочное время. 1-11 классы / Г.И. Погадаев. - М.: Дрофа, 2015. - 144 с.
21. Спортивная аэробика в школе. - М.: Дивизион, 2015. - 137 с.
22. Терехина Р. Организация спортивно- зрелищных меропр.-М.,2017.
23. Физическая культура. 10-11 классы. Сборник элективных курсов. - М.: Учитель, 2016. - 216 с.

24. Физкультура. 1 класс. Поурочные планы. 2 полугодие. - М.: Народный учитель, 2013. - 413 с.
25. Физкультура. 11 класс. Поурочные планы. Для занятий с юношами. - М.: Учитель, 2016. - 192 с.
26. Фёдорова, Н. А. Физическая культура. Подвижные игры. 9-11 классы / Н.А. Фёдорова. - М.: Экзамен, 2016. - 973 с.
27. Фёдорова, Н. А. Физическая культура. Подвижные игры. Справочник / Н.А. Фёдорова. - М.: Экзамен, 2015. - 289 с.
28. Швайко, Л. Г. Развернутые планы-конспекты уроков в 5 классе. Легкая атлетика, футбол, баскетбол, лыжная подготовка, гимнастика и акробатика / Л.Г. Швайко. - М.: Адукацыя і выхаванне, 2016. - 152 с.
29. Янсон, Ю. А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. Книга для педагога / Ю.А. Янсон. - М.: Феникс, 2013. - 640 с.

### **5. Критерии оценивания контрольной работы**

Качество выполнения контрольной работы оценивается по следующим критериям:

1. Работа сдана в установленный срок;
2. Результативность (правильность) выполнения заданий;
3. Задания выполнены в полном объеме;
4. Содержание заданий раскрыто в полном объеме;
5. Соответствие ответов поставленным вопросам заданий;
6. Системность и логическая последовательность изложения;
7. Освоение методологии междисциплинарного курса;
8. Творческое применение теоретических знаний при решении практических ситуаций;
9. Представлен список использованных информационных источников;
10. Работа оформлена в соответствии с требованиями.

Контрольная работа оценивается «ЗАЧТЕНО» или «НЕ ЗАЧТЕНО»:

- ЗАЧТЕНО – выполнено правильно не менее 53% заданий, в освещении заданий не содержится грубых ошибок, по ходу решения сделаны аргументированные выводы.
- НЕ ЗАЧТЕНО - студент не справился с заданием (выполнено правильно менее 53% заданий), практические задания выполнены не в полном объеме, не раскрыто основное содержание практических заданий, имеются грубые ошибки в освещении вопросов.

**Образец титульного листа контрольной работы**

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**

по МДК 02.02. Организация физкультурно-спортивной работы

**Специальность:**

**Группа:**

**Студент(ка)      *ФИО***

**Преподаватель    *ФИО***

Оценка \_\_\_\_\_

Дата проверки: \_\_\_\_\_

Подпись преподавателя \_\_\_\_\_

Пермь, 2019г.

## Оборотная сторона титульного листа

### РЕЦЕНЗИЯ НА КОНТРОЛЬНУЮ РАБОТУ

По МДК 02.02. Организация физкультурно-спортивной работы

Студента \_\_\_\_\_

Группы \_\_\_\_\_

По критериям оцениваем контрольную работу, указав количество баллов:

0 – требование не выполнено,

1 – есть незначительные замечания,

2 – соответствует требованиям

ПЕРЕЧЕНЬ КРИТЕРИЕВ	Количество баллов		
	0	1	2
1. Результативность (правильность) выполнения заданий;	0	1	2
2. Задания выполнены в полном объеме;	0	1	2
3. Содержание заданий раскрыто в полном объеме;	0	1	2
4. Соответствие ответов поставленным вопросам заданий;	0	1	2
5. Системность и логическая последовательность изложения;	0	1	2
6. Освоение методологии междисциплинарного курса;	0	1	2
7. Творческое применение теоретических знаний при решении практических ситуаций;	0	1	2
8. Представлен список использованных информационных источников;	0	1	2
9. Работа оформлена в соответствии с требованиями.	0	1	2
<b>ОБЩИЙ БАЛЛ</b>			

**0-9 баллов - контрольная работа не зачтена**

**10-18 баллов - контрольная работа зачтена**

Контрольная работа **ЗАЧТЕНА /НЕ ЗАЧТЕНА** (ненужное зачеркнуть)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

Замечания преподавателя:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Преподаватель \_\_\_\_\_