

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Хренков Александр Викторович
Должность: Президент
Дата подписания: 25.02.2026 19:09:46
Уникальный программный ключ:
93d726ba20391c5a408610767e8af2f87e50fb3a



**Негосударственное образовательное учреждение высшего образования
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ
ИНФОРМАТИКИ, УПРАВЛЕНИЯ, ЭКОНОМИКИ И ПРАВА В Г. МОСКВЕ»**

Рассмотрено
Ученым советом НОЧУ ВО МИИУЭП
Протокол заседания
№4 от 30 июня 2022г.
(в редакции №1 от 28 апреля 2025г., протокол №3)
(в редакции №2 от 16 февраля 2026г., протокол №3)



Утверждаю
Президент НОЧУ ВО МИИУЭП
/А.В. Хренков/
«26» августа 2022г.
(в редакции №1 от 28 апреля 2025г.)
(в редакции №2 от 16 февраля 2026г.)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к
труду и обороне" (ГТО)**

направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки:

**«Психолого-педагогическое образование в области физической культу-
ры и спорта»**

Квалификация (степень) выпускника – *бакалавр*

Форма обучения

заочная

Москва

ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель - формирование у студентов системного представления о методике организации и проведения комплекса ГТО. (ПК-5)

Задачи дисциплины:

1. Разработка научно-обоснованных методических рекомендаций по вопросам внедрения комплекса ГТО в образовательных организациях, среди трудящихся и неработающего населения; по организации и проведению тестирования комплекса ГТО; самостоятельных занятий для подготовки к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.
2. Сформировать понимание взаимодействия исполнительной власти, органов местного самоуправления, образовательных организаций, общественных объединений и иных заинтересованных организаций к эффективной деятельности по внедрению комплекса ГТО;
3. Знание нормативно-правового обеспечения, выстроенного, на основе законодательных, программных документов федерального, регионального и муниципального уровней;
4. Повышение профессионального мастерства руководителей и организаторов физкультурно-спортивной работы, преподавателей физической культуры в общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях начального, среднего и высшего образования, в организациях дополнительного образования, проведение проблемно-практических методических мероприятий в разнообразных активных формах; материально-техническое обеспечение реализации проекта и развития спортивно-оздоровительной инфраструктуры;

2. Перечень формируемых компетенций и индикаторов их достижения, соотнесенные с результатами обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций, представленных в компетентностной карте дисциплины в соответствии с ФГОС ВО, компетентностной моделью выпускника, определенной вузом и представленной в ОПОП, и содержанием дисциплины (модуля):

Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Психолого-педагогическое и социальное сопровождение образовательного процесса в образовательных организациях разного типа; оказание психолого-педагогиче-	ПК-5. Способен планировать и реализовывать психологическое просвещение и профилактические мероприятия по сохранению и укреплению физического здоровья субъектов образовательного процесса	ПК 5.1. Знает: принципы психологического просвещения в образовательной организации; формы и направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся. ПК 5.2. Умеет: использовать различные приемы и методы психологического просвещения по сохранению и укреплению психологического и физического здоровья, субъектов образовательного процесса реализовывать программы повышения психоло-

ской помощи субъектам образовательного процесса.		гической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающимися. ПК 5.3. Владеет: приемами и средствами информирования субъектов образовательного процесса о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи по сохранению и укреплению психологического и физического здоровья
--------------------------------------------------	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)» относится к «Части, формируемой участниками образовательных отношений».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курсы	
		4	-
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:	16	16	
занятия лекционного типа (ЗЛТ)	6	6	
лабораторные работы (ЗСТ (ЛР))			
практические занятия (ЗСТ ПР)	10	10	
групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации) (ГК)			
групповые консультации по подготовке курсового проекта (работы)			
контактная работа при проведении промежуточной аттестации (в том числе при оценивании результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) (ПА конт)			
Самостоятельная работа обучающегося (СРО), в том числе	119	119	
СРуз - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к учебным занятиям и курсовым проектам (работам)	109	109	
СРпа - самостоятельная работа обучающегося при подготовке к промежуточной аттестации	10	10	
Форма промежуточной аттестации (экзамен)	9		
Общая трудоемкость дисциплины: часы	144	144	
зачетные единицы	4	4	

5. Содержание дисциплины

- Тема 1 Исторические аспекты ВФСК ГТО
Тема 2 Нормативно-правовое и методическое обеспечение ВФСК ГТО.
Тема 3 Методическое обеспечение ВФСК ГТО. Медицинское обеспечение тестирования ВФСК ГТО.
Тема 4 Места проведения тестирования. Оборудование и инвентарь.
Тема 5 Организация процесса тестирования. Оценка результатов.
Тема 6 Судейство соревнований. Обязанности и права судей.

6. Контактная и самостоятельная работа обучающихся

6.1. Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам (модулям) включает в себя: занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками Института и (или) лицами, привлекаемыми Институтом к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся) и (или) занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия), и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с педагогическими работниками Института и (или) лицами, привлекаемыми Институтом к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).

При проведении учебных занятий по дисциплине обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, содержание дисциплины (модуля) составлено на основе результатов научных исследований, проводимых Институтом, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)

1. Планы практических занятий и методические рекомендации

Тема 1. Исторические аспекты ВФСК ГТО

Практическое занятие 1.

Вопросы

- 1.Зарождение Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
- 2.Становление Всесоюзного комплекса ГТО.
- 3.Развитие Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.
- 4.Развитие комплекса ГТО в наше время.

Тема 2. Нормативно-правовое и методическое обеспечение ВФСК ГТО.

Практическое занятие 2.

Вопросы

- 1.Субъекты физической культуры и спорта РФ.
- 2.Полномочия РФ в области физической культуры и спорта.
- 3.Полномочия субъектов РФ в области ФКиС.
- 4.Полномочия органов местного самоуправления в области ФКиС.
- 5.Права органов местного самоуправления в области ФКиС.
- 6.Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.
- 7.Нормативные акты.

Тема 3. Методическое обеспечение ВФСК ГТО. Медицинское обеспечение тестирования ВФСК ГТО.

Практическое занятие 3.

Вопросы

- 1.Содержание мероприятий и возрастные группы комплекса ГТО.
- 2.Медицинское обеспечение мероприятий комплекса ГТО.
- 3.Определение допуска по состоянию здоровья к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
- 4.Обеспечение взаимодействия медицинских организаций, участвующих в оказании скорой, в том числе скорой специализированной, первичной медико-санитарной и специализированной медицинской помощи при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Тема 4. Места проведения тестирования. Оборудование и инвентарь.

Практическое занятие 4.

Вопросы

- 1.Общие требования к центрам тестирования.
- 2.Требования к помещениям центров тестирования.
- 3.Требования к местам тестирования.
- 4.Требования к информационному обеспечению центров тестирования и мест тестирования.
- 5.Требования к режиму работы и пропускной способности центров тестирования и мест тестирования.

Тема 5. Организация и проведение тестирования в рамках ВФСК ГТО

Практическое занятие 5.

Вопросы

1. Организация процесса тестирования.
2. Оценка результатов.

Тема 6. Судейство соревнований ВФСК ГТО

Практическое занятие 6.

Вопросы

1. Судейство соревнований.
2. Обязанности и права судей.

2. Задания для самостоятельной работы

Тема	Вид самостоятельной работы обучающихся
Тема 1 Исторические аспекты ВФСК ГТО	поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций; подготовка сообщения (реферата)
Тема 2 Нормативно-правовое и методическое обеспечение ВФСК ГТО.	поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций; подготовка сообщения (реферата)
Тема 3 Методическое обеспечение ВФСК ГТО. Медицинское обеспечение тестирования ВФСК ГТО.	поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, элек-

	тронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций; подготовка сообщения (реферата)
Тема 4 Места проведения тестирования. Оборудование и инвентарь.	поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций; подготовка сообщения (реферата)
Тема 5 Организация процесса тестирования. Оценка результатов.	поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций; подготовка сообщения (реферата)
Тема 6 Судейство соревнований. Обязанности и права судей.	поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций; подготовка сообщения (реферата)

6.3. Методические рекомендации по самостоятельной работе обучающихся и подготовке к промежуточной аттестации

Методические рекомендации по самостоятельной работе составлены с целью оптимизации процесса освоения обучающимися учебного материала.

Самостоятельная работа обучающегося направлена на углубленное изучение разделов и тем рабочей программы и предполагает изучение литературных источников, выполнение домашних заданий и контрольных работ, проведение исследований разного характера. Работа основывается на анализе материалов, публикуемых в интернете, а также реальных фактов, личных наблюдений.

Содержание и количество самостоятельной работы обучающегося определяется учебным планом, методическими материалами и указаниями преподавателя.

Также самостоятельная работа включает подготовку и анализ материалов по темам пропущенных занятий.

Самостоятельная работа во внеаудиторное время включает:

- работу с лекционным материалом, предусматривающую проработку конспекта лекций;
- изучение учебной и научной литературы;
- поиск (подбор) и обзор литературы, электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса, написание доклада, исследовательской работы по заданной проблеме;
- выполнение задания по пропущенной или плохо усвоенной теме;
- подготовку к практическим занятиям;
- подготовка к промежуточной аттестации.

В зависимости от выбранных видов самостоятельной работы студенты самостоятельно планируют время на их выполнение. Предлагается равномерно распределить изучение тем учебной дисциплины.

7. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств по дисциплине разработан в соответствии с Методиче-

скими рекомендациями и является составной частью ОПОП и представлен в Приложении 1 к рабочей программе.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

8.1. Основная литература

- 1) Гриднев, В. А. Новый комплекс ГТО в ВУЗе : учебное пособие / В. А. Гриднев, С. В. Шпагин ; Тамбовский государственный технический университет. – Тамбов : Тамбовский государственный технический университет (ТГТУ), 2015. – 80 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444640> (дата обращения: 08.10.2024). – ISBN 978-5-8265-1375-0. – Текст : электронный.
- 2) Физическая культура в школе : учебник : в 2 частях : [16+] / В. Г. Турманидзе, А. С. Гречко, Ю. И. Сиренко, С. Г. Сорокин ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2019. – Часть 1. – 132 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575776> (дата обращения: 08.10.2024). – Библиогр.: с. 93 - 95. – ISBN 978-5-7779-2403-2. – Текст : электронный.
- 3) Физическая культура в школе : учебник : в 2 частях : [16+] / В. Г. Турманидзе, С. Г. Сорокин, А. С. Гречко, Ю. И. Сиренко ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2022. – Часть 2. – 320 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=698863> (дата обращения: 08.10.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7779-2604-3 (ч. 2). – ISBN 978-5-7779-2402-5. – Текст : электронный.

8.2. Дополнительная литература

- 1) Панов, С. Ф. Подготовка студентов к сдаче норм комплекса ГТО по тесту «Самозащита без оружия» : учебное пособие : [16+] / С. Ф. Панов, И. П. Панова ; Липецкий государственный педагогический университет им. П. П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2018. – 53 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577103> (дата обращения: 08.10.2024). – Библиогр.: с. 49 - 50. – ISBN 978-5-88526-972-8. – Текст : электронный.
- 2) Старкина, Л.А. Развитие гибкости для подготовки к сдаче норм комплекса ГТО [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л.А. Старкина, А.Н. Старкин. — Электрон. дан. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2017. — 52 с.
- 3) Добрынин, И. М. Подготовка комплекса мер, направленных на выполнение нормативов ГТО в вузе : учебное пособие / И. М. Добрынин, В. А. Шемятихин ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 103 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=689885> (дата обращения: 08.10.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7996-1724-0. – Текст : электронный.

9. Обновляемые современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

9.1. Обновляемые современные профессиональные базы данных

1. Компьютерные информационно-правовые системы «Консультант» <http://www.consultant.ru>, «Гарант» <http://www.garant.ru>
2. Официальный интернет-портал правовой информации

- <http://pravo.gov.ru>.
3. Российская национальная библиотека <http://www.nlr.ru>
 4. Электронная библиотека по философии <http://filosof.historic.ru>
 5. ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
<https://biblioclub.ru/index.php>
 6. Электронная библиотека <http://books.atheism.ru/philosophy/>
 7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам Федеральный портал
<http://window.edu.ru>
 8. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru>
 9. Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru>

9.2. Обновляемые информационные справочные системы

1. Информационно-правовая система «Гарант». – URL: <http://www.garant.ru/>;
2. Информационно-правовая система «Консультант плюс». – URL: <http://www.consultant.ru/>.

10. Обновляемый комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

1. Microsoft Office. Интегрированный пакет прикладных программ;
2. Microsoft Windows

11. Электронные образовательные ресурсы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн»

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Изучение дисциплины обеспечивается в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта. Материально-техническое обеспечение необходимое для реализации дисциплины включает:

1. Учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, предусмотренных программой бакалавриата, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя.

Технические средства обучения: ноутбук; набор демонстрационного оборудования (проектор, экран).

2. Помещение для самостоятельной работы обучающихся: специализированная мебель и компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Института.

Обучающимся обеспечен доступ (удаленный доступ), в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определяется в п. 9 и подлежит обновлению (при необходимости)

Фонд оценочных средств по дисциплине «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)»

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Результатом обучения по дисциплине являются знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы.

Процесс изучения дисциплины «Конфликтология» направлен на формирование следующих компетенций:

Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Психолого-педагогическое и социальное сопровождение образовательного процесса в образовательных организациях разного типа; оказание психолого-педагогической помощи субъектам образовательного процесса.	ПК-5. Способен планировать и реализовывать психологическое просвещение и профилактические мероприятия по сохранению и укреплению физического здоровья субъектов образовательного процесса	ПК 5.1. Знает: принципы психологического просвещения в образовательной организации; формы и направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся. ПК 5.2. Умеет: использовать различные приемы и методы психологического просвещения по сохранению и укреплению психологического и физического здоровья, субъектов образовательного процесса реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающимися. ПК 5.3. Владеет: приемами и средствами информирования субъектов образовательного процесса о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи по сохранению и укреплению психологического и физического здоровья

Компетенция ПК-5 также формируется и другими дисциплинами. Дисциплина «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)» реализуется на 4 курсе по заочной форме обучения.

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описания шкал оценивания

При оценивании сформированности компетенций у обучающихся учитываются результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций.

При проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть использованы следующие виды оценочных средств:

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля успеваемости и

промежуточной аттестации по дисциплине

№ п/п	Вид оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий
2	Презентация, доклад, сообщение	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской темы	Тематика презентаций, докладов, сообщений
3	Реферат, эссе	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы, где обучающийся раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.	Темы рефератов, эссе
4	Устный ответ	Устный ответ должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.	Вопросы и задания по темам
5	Кейс-задача, ситуационная задача	Проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы	Задания для решения кейс-задачи

При проведении текущего контроля успеваемости по данной дисциплине используются виды оценочных средств – тестирование, устный ответ, кейс-задача, презентация.

Для допуска к промежуточной аттестации обучающийся должен выполнить все мероприятия текущего контроля успеваемости по дисциплине (не иметь задолженностей). При проведении промежуточной аттестации по дисциплине применяется тестирование обучающихся.

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины	Коды компетенций	Оценочное средство
1	Конфликтология как наука	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
			Кейс-задача
2	Конфликт как социальный феномен	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
			доклад, сообщение
3	Внутриличностный конфликт	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
			эссе
			Презентация, сообщение
4	Межличностные конфликты	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой

			дискуссии)
			Кейс-задача
5	Групповые конфликты	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
6	Семейные конфликты	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
7	Конфликт в организации	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
			Презентация, сообщение
8	Социальные конфликты	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
9	Предупреждение и разрешение конфликтов	ОПК-5	Устный ответ (в форме групповой дискуссии)
	Форма промежуточной аттестации – Зачет	ОПК-5	Тест
			Кейс-задача
			Устный ответ

2.3. Критерии оценивания сформированности компетенций

Показатели (оценка по дисциплине)	Критерии оценивания сформированности компетенций на этапе изучения дисциплины	Сформированность компетенций на этапе изучения дисциплины
5 (отлично)	глубокое и прочное усвоение программного материала; полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы при видоизменении задания; свободно справляющиеся с поставленными задачами, знания материала; правильно обоснованные принятые решения; владение разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ	компетенции сформированы на достаточном уровне
4 (хорошо)	знание программного материала; грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос; правильное применение теоретических знаний; владение необходимыми навыками при выполнении практических задач.	
3 (удовлетворительно)	усвоение основного материала; при ответе допускаются неточности; при ответе недостаточно правильные формулировки; нарушение последовательности в изложении программного материала; затруднения в выполнении практических заданий	
2 (неудовлетворительно), не зачтено	незнание программного материала; при ответе возникают ошибки; затруднения при выполнении практических работ.	

Шкала оценивания используются для оценивания различных видов оценочных средств. В каждом из них формируются и контролируются различные критерии освоения компетенций.

2.4. Критерии оценки работы обучающегося на практических занятиях

«5» (отлично): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся четко и без ошибок ответил на все контрольные вопросы, активно работал на практических занятиях.

Обучающийся:

на высоком уровне владеет компетенцией. (ОПК-5).

«4» (хорошо): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся с корректирующими замечаниями преподавателя ответил на все контрольные вопросы, достаточно активно работал на практических занятиях.

Обучающийся:

хорошо владеет компетенцией (ОПК-5).

«3» (удовлетворительно): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями с замечаниями преподавателя; обучающийся ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.

Обучающийся:

на удовлетворительном уровне владеет компетенцией (ОПК-5).

«2» (неудовлетворительно): обучающийся не выполнил или выполнил неправильно практические задания, предусмотренные практическими занятиями; студент ответил на контрольные вопросы с ошибками или не ответил на контрольные вопросы.

Обучающийся:

не владеет компетенцией (ОПК-5).

2.5. Критерии оценки реферата

«5» (отлично): тема реферата актуальна и раскрыта полностью; реферат подготовлен в установленный срок; оформление, структура и стиль изложения реферата соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; реферат выполнен самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы; подготовлен доклад, излагаемый без использования опорного конспекта.

Обучающийся:

на высоком уровне владеет компетенцией (ОПК-5).

«4» (хорошо): тема реферата актуальна, но раскрыта не полностью; реферат подготовлен в установленный срок; оформление, структура и стиль изложения реферата соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; реферат выполнен самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы; подготовлен доклад, излагаемый с использованием опорного конспекта.

хорошо владеет компетенцией (ОПК-5).

«3» (удовлетворительно): тема реферата актуальна, но раскрыта не полностью; реферат подготовлен с нарушением установленного срока представления; оформление, структура и стиль изложения реферата не в полной мере соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; в целом реферат выполнен самостоятельно, однако очевидно наличие заимствований без ссылок на источники; подготовлен доклад, излагаемый с использованием опорного конспекта.

Обучающийся:

на удовлетворительном уровне владеет компетенцией (ОПК-5).

«2» (неудовлетворительно): тема реферата актуальна, но не раскрыта; реферат подготовлен с нарушением установленного срока представления; оформление, структура и стиль изложения реферата не соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; в реферате очевидно наличие значительных объемов заимствований без

ссылок на источники; доклад не подготовлен.

Обучающийся:

не владеет компетенцией (ОПК-5).

2.6. Критерии оценки тестирования

Тестирование оценивается в соответствии с процентом правильных ответов, данных студентом на вопросы теста.

Стандартная шкала соответствия результатов тестирования выставяемой балльной оценке:

- «отлично» - свыше 85% правильных ответов;
- «хорошо» - от 70,1% до 85% правильных ответов;
- «удовлетворительно» - от 55,1% до 70% правильных ответов;
- от 0 до 55% правильных ответов – «неудовлетворительно»

«5» (отлично): тестируемый демонстрирует системные теоретические знания, владеет терминами и обладает способностью быстро реагировать на вопросы теста. Обучающийся:

на высоком уровне владеет компетенцией (ОПК-5).

«4» (хорошо): тестируемый в целом демонстрирует системные теоретические знания, владеет большинством терминов и обладает способностью быстро реагировать на вопросы теста.

Обучающийся:

хорошо владеет компетенцией (ОПК-5).

«3» (удовлетворительно): системные теоретические знания у тестируемого отсутствуют, он владеет некоторыми терминами и на вопросы теста реагирует достаточно медленно.

Обучающийся:

на удовлетворительном уровне владеет компетенцией (ОПК-5).

«2» (неудовлетворительно): системные теоретические знания у тестируемого отсутствуют, терминологией он не владеет и на вопросы теста реагирует медленно.

Обучающийся:

не владеет компетенцией (ОПК-5).

Шкала оценки устного ответа

Критерии оценки	полнота раскрытия содержания материала; грамотность и логичность изложения материала; точное использование терминологии; умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации; усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов; способность творчески применять знание теории к решению профессиональных задач; знание современной учебной и научной литературы
Показатели оценки	
5 (отлично)	обучающийся показывает всесторонние и глубокие знания программного материала, знание основной и дополнительной литературы; последовательно и четко отвечает на вопросы билета и дополнительные вопросы; уверенно ориентируется в проблемных ситуациях; демонстрирует способность применять теоретические знания для

	анализа практических ситуаций, делать правильные выводы, проявляет творческие способности в понимании, изложении и использовании программного материала; подтверждает полное освоение компетенций, предусмотренных программой
4 (хорошо)	обучающийся показывает полное знание программного материала, основной и дополнительной литературы; дает полные ответы на теоретические вопросы билета и дополнительные вопросы, допуская некоторые неточности; правильно применяет теоретические положения к оценке практических ситуаций; демонстрирует хороший уровень освоения материала и в целом подтверждает освоение компетенций, предусмотренных программой
3 (удовлетворительно)	обучающийся показывает знание основного материала в объеме, необходимом для предстоящей профессиональной деятельности; при ответе на вопросы билета и дополнительные вопросы не допускает грубых ошибок, но испытывает затруднения в последовательности их изложения; не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций; подтверждает освоение компетенций, предусмотренных программой на минимально допустимом уровне

Шкала оценки уровня знаний, умений и навыков при решении кейс-задач (ситуационных задач)

Критерии оценки	<ul style="list-style-type: none"> – было сформулировано и проанализировано большинство проблем, заложенных в кейсе (задаче); – были продемонстрированы адекватные аналитические методы при работе с информацией; – были использованы дополнительные источники информации для решения кейса (задачи); – были выполнены все необходимые расчеты; – подготовленные в ходе решения кейса документы соответствуют требованиям к ним по смыслу и содержанию; – выводы обоснованы, аргументы весомы; – сделаны собственные выводы, которые отличают данное решение кейса от других решений
Показатели оценки	
5 (отлично)	полный, обоснованный ответ с применением необходимых источников
4 (хорошо)	неполный ответ в зависимости от правильности и полноты ответа: <ul style="list-style-type: none"> - не были выполнены все необходимые расчеты; - не было сформулировано и проанализировано большинство проблем, заложенных в кейсе;
3 (удовлетворительно)	неполный ответ в зависимости от правильности и полноты ответа: <ul style="list-style-type: none"> - не были продемонстрированы адекватные аналитические методы при работе с информацией;

	<p>- не были подготовленные в ходе решения кейса документы, которые соответствуют требованиям к ним по смыслу и содержанию;</p> <p>- не были сделаны собственные выводы, которые отличают данное решение кейса от других решений</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Задание – это педагогическая форма, нацеленная на достижение усвоения обучающимися запланированных результатов. Каждое задание создано для определенной цели, а потому, можно сказать иначе, имеет свою миссию и свои характеристики. Учебные задания используются не только для контроля, но и для приобретения новых знаний, умений, навыков развития способов умственных действий, так и для контроля.

3.1. Текущий контроль (работа на практических занятиях) (формирование компетенции (ПК-5))

Оценочные средства учебных заданий

Темы рефератов

1. История развития комплекса ГТО.
2. Физическая культура - объект политики РФ.
3. Нормативно-правовая база введения ГТО.
4. Судейство соревнований комплекса ГТО.
5. Уровень знаний и умений в области физической культуры и спорта.
6. Особенности режиссуры спортивных праздников.
7. Организация и проведение массовых спортивно-художественных праздников различного масштаба.
8. Организация и проведение спортивно-развлекательного праздника в вузе.
9. Организация и методика проведения юбилейных спортивно-массовых мероприятий различного ранга.
10. Организация и методика проведения мемориальных спортивно-массовых мероприятий.
11. Организация и методика проведения сельских областных спортивных праздников. Организация и методика проведения городских спортивно-массовых мероприятий.
12. Организация и проведение детских спортивных праздников с использованием средств гимнастики.
13. Организация и проведение спортивно-развлекательных праздников для студенческой молодежи.
14. Организация и проведение массовых гимнастических спортивно-художественных представлений на стадионе.
15. Технология организации спортивно-художественных представлений по аэробике.
16. Технология организации театрализованных представлений с использованием средства гимнастики.
17. Организация и проведение массового спортивно-художественного праздника с различным возрастным контингентом.
18. Организация и проведение торжественных церемоний открытия и закрытия художественно-спортивных представлений.
19. Организация и проведение соревнований по видам спорта (на выбор студента).

20. Организация и проведение тематических спортивно-художественных представлений.

Методические рекомендации по подготовке реферата

Реферат - (от латинского «докладываю», «сообщаю») – это краткое изложение в письменной форме содержания одной или нескольких книг, статей, научных работ, критический обзор данных источников, итог углубленной самостоятельной работы над определенной темой. Реферат должен отражать и точку зрения автора на эту проблему, освещать имеющийся практический опыт. Реферат должен отражать и точку зрения автора на эту проблему, освещать имеющийся практический опыт. Реферат не содержит поучительных интонаций – он знакомит, описывает имеющийся материал. По характеру информации он носит информационный и пропагандистский характер. Описательно-информационный стиль реферата используется в том случае, если задача состоит в создании целостной картины развития той или иной отрасли науки или практики, где бы квалифицированный читатель сам мог отобрать то, что ему нужно. Пропагандистский (рекомендательный) характер присущ реферату более узкой тематики, где отбор материала и характер его обработки направлены на популяризацию наиболее значимого и ценного материала, т.е. это пропаганда передового опыта. Реферат - это простейший вид научной работы в структуре УИРС.

Примерная схема реферата:

- а) название реферата, автор, место учебы;
- б) развернутый план;
- в) изложение темы (по частям, с пунктами, подпунктами и т.д.);
- г) библиография;
- д) приложения.

Основные цели реферата:

- формирование навыков самостоятельной работы с литературой, ее систематизации;
- развитие способности к творческому мышлению, научному анализу, синтезу;
- приобретение навыков логически, убедительно выражать мысль;
- формирование умения делать правильные выводы;
- закрепление и углубление теоретических знаний по конкретной проблеме.

Работа над рефератом осуществляется в срок, определенный преподавателем. Объем реферата - до 30 страниц рукописного текста. При выборе темы реферата студенту необходимо иметь в виду, что:

- на кафедре имеется примерный перечень тем рефератов;
- тема реферата должна быть актуальной для современного этапа развития той или иной научной отрасли.
- в теме должен найти отражение круг профессиональных интересов студента;
- тематика рефератов может быть приближена к научным исследованиям, проводимым на кафедре;
- тема реферата должна быть согласована с преподавателем дисциплины;
- тема реферата в дальнейшем может перерасти в тему индивидуально-творческого задания, курсовой, а затем и дипломной работы;
- допускается выбор несколькими студентами (по усмотрению преподавателя) одинаковых тем, при условии их независимого написания;
- перспективной формой работы является написание комплексных рефератов. Эта форма предусматривает реферирование единой комплексной темы, состоящей из нескольких относительно самостоятельных разделов. Каждый раздел разрабатывается одним сту-

дентом. Преподаватель выдает студентам частные темы общего реферата;

- студент может предложить свою тему реферата в логике учебной программы курса, обязательно согласовав ее с преподавателем;

- выполненную работу студент в установленный преподавателем срок сдает на кафедру. Однако выбор темы, согласование ее с руководителем должно осуществляться заранее;

- перед началом работы студенту целесообразно составить календарный план, который устанавливает логическую последовательность, очередность и сроки выполнения отдельных этапов написания реферата. Для устранения непредвиденных сложностей в работе в календарном плане рекомендуется предусмотреть некоторый резерв времени. В календарный план впоследствии, в случае необходимости, студент вносит соответствующие изменения. Календарный план способствует научной организации труда студента, облегчает контроль и самоконтроль за ходом работы.

Методика работы над рефератом

Работа над содержанием реферата начинается с подбора необходимой для раскрытия темы литературы и первичным ознакомлением с ней.

При этом студент пользуется в библиотеке различными видами каталогов: систематическими, алфавитными, предметными. В систематических каталогах названия источников расположены по отраслям знаний. В алфавитных - карточки на литературу размещены в алфавитном порядке фамилий авторов. Предметные каталоги содержат названия произведений по конкретным проблемам и специальностям, а также различные библиографические справочные издания, указатели по отдельным темам и разделам.

Для составления библиографии по теме рекомендуется изучить литературу различного рода: учебники, учебные пособия, монографии, журналы и т.д. Целесообразно обращать внимание на сноски и ссылки во всех видах источников.

В первую очередь подбирается относящаяся к теме методологическая литература, документы. Затем отбирается монографическая, литература и периодические издания, раскрывающие теоретические и методические основы изучаемой проблемы. Обязательно изучение литературы, отражающей практический опыт в выбранной научной отрасли.

Руководствуясь составленным списком литературных источников, можно приступить к их изучению. Первоначально осуществляется общее знакомство с содержанием книг и статей по теме. Имеет значение и порядок изучения литературы. Целесообразно начать со знакомства с работами более общего характера, а затем перейти к источникам, в которых освещаются частные вопросы проблемы. Чтобы иметь возможность более полно раскрыть тему, необходимо обратить внимание на новейшие публикации. В процессе этой работы рекомендуется оформлять карточки на изученную литературу.

После этого составляется план, раскрывающий содержание реферата, формируется цель и задачи предстоящей работы. Первый вариант этого плана не является окончательным. В процессе работы он может изменяться; отдельные его разделы, вероятнее всего, будут расширены, конкретизированы, изложены в новых формулировках.

После подбора литературы, определения целей, задач и составления плана следует проконсультироваться с преподавателем и с его помощью уточнив перечень литературных источников, который должен быть использован при написании реферата.

Далее студент глубоко и детально изучает подобранную литературу, конспектирует отдельные положения с тем, чтобы в дальнейшем самостоятельно раскрыть пункты плана. При этом недопустимо дословное списывание текста из учебников, монографий, журнальных статей и т.п. В случае цитирования материала, перефразирования отдельных положений необходимо сделать ссылку на источник. Ссылки приводят в подстрочном примечании или внутри текста. Во втором случае после цитаты или упоминания источника информации ставятся скобки. В них указывается порядковый номер, под которым это название значится в списке литературы, номер тома (в необходимых случаях), например, (6,

т. 2, с.113).

Основные вопросы плана предполагают достаточно полное и четкое изложение сущности темы реферата. Их необходимо иллюстрировать наиболее яркими примерами, подобранными студентами на основе научной литературы. Все возникающие в ходе подготовки реферата затруднения должны разрешаться с преподавателем на консультациях.

Проделав работу по глубокому изучению литературы, сбору и анализу практического материала, студент уточняет, корректирует первоначальный план реферата и приступает к написанию текста. Содержание его отдельных разделов определяется пунктами плана.

Структура реферата

Первым пунктом плана должно быть краткое введение, отражающее актуальность рассматриваемой проблемы; цели и задачи, поставленные студентом в данной работе; методы и приемы исследования, применяемые в процессе подготовки реферата.

Далее освещаются основные вопросы темы. В этой части работы наряду с глубоким, полным и логичным раскрытием теоретических положений используется информация, иллюстрирующая практическое состояние дел по разрешению рассматриваемой проблемы. Последним разделом плана является заключение. В этом разделе необходимо показать, как выполнены цели и задачи, поставленные в реферате, сделать общие выводы по проблеме, внести свои предложения по повышению эффективности работы, раскрыть формы внедрения этих предложений. Написание выводов и предложений - ответственный этап работы. Требуется, чтобы они не носили общего характера, а были краткими, аргументированными, вытекали из анализа конкретного материала. Предложения должны быть направлены на достижение большей эффективности в реализации имеющихся потенциалов в решении рассматриваемой проблемы.

После текста реферата с новой страницы пишется заголовок «Список использованных источников». В этот список включаются все источники, которыми пользовался студент в процессе написания реферата. Они даются в алфавитном порядке фамилий авторов. Если авторов больше 4-х, то указывают фамилии первых 3-х авторов с добавлением слов «и др.». Монографии и сборники научных трудов, не имеющие на титульном листе фамилий авторов, включаются в общий список по алфавитному расположению заглавия.

По каждому источнику указывается следующее:

- а) фамилия, инициалы автора;
- б) название книги (статьи),
- в) номер тома и издания (для многотомных изданий);
- г) наименование издательства, выпустившего книгу (название журнала);
- д) год издания (для журналов его номер);
- е) количество страниц.

Для подкрепления отдельных положений в работе могут быть приведены копии некоторых документов, различные иллюстративные материалы и др. В таком случае они выносятся в приложение к реферату.

Таким образом, *общая структура* включает в себя следующие компоненты:

- титульный лист;
- план;
- основную часть;
- заключение;
- список использованных источников;
- приложения.

Основные требования к оформлению реферата

Реферат должен быть напечатан на бумаге стандартного формата и вложен в папку-скоросшиватель.

Нумерация страниц делается сквозной, включая список использованной литературы и приложения. Нумеруют страницы арабскими цифрами посередине страницы или в правом верхнем углу. Первой страницей является титульный лист, но на нем номер страницы не ставят.

Все приложения начинаются на новом листе с надписи в правом верхнем углу «Приложение» и имеют тематические заглавия, ясно и правильно характеризующие их содержание. При наличии в реферате более одного приложения все они нумеруются. В тексте следует делать ссылку на номер соответствующего приложения. Учтя, что при написании реферата вы пользуетесь помощью руководителя, излагать материал принято от первого лица множественного числа (мы полагаем, по нашему мнению и т.д.). В реферате все слова следует писать полностью, не допускаются произвольные сокращения. Возможно употребление только общепринятых.

Даже в том случае, если излагать свои мысли вы умеете связно и словарный запас у вас достаточный, все же не всегда получается собрать наработанный материал воедино, чтобы он получился целостным и гармоничным. Происходит это потому, что в тексте не хватает связующих слов и выражений. Предлагаем некоторые выражения подобного плана:

- Здесь нужно сделать оговорку, что мы имеем в виду...
- Не говоря уже о том, что...
- Отвлекаясь от ...
- Кроме того, особенно важно...
- Самым вероятным было бы предложение о том, что...
- Отметим, что несмотря на...
- Вполне вероятно, что...
- Точно зная это, мы можем предсказать...
- Иными словами...
- Весьма интересное и важное обстоятельство состоит в том, что...
- Из этого следует сделать вывод, что...
- Вместе с тем...

Методические указания по подготовке к собеседованию

По основным темам дисциплины проводится собеседование в форме устного доклада студента. При подготовке к собеседованию необходимо ознакомиться с вопросами для собеседования по каждой теме. При подготовке рекомендуется использовать конспект лекций, соответствующую основную и дополнительную литературу.

Нормативно-правовое и методическое обеспечение ВФСК

1. Дайте характеристику ВФСК ГТО в сравнении с программой физкультурной подготовки «Готов к труду и обороне СССР».
2. Перечислите основные нормативно-правовые акты, регламентирующие внедрение ВФСК ГТО.
3. Перечислите официальные сайты федерального и регионального уровня, обеспечивающие информационно-методическое сопровождение ВФСК ГТО.
4. Какие изменения и поправки были внесены в нормативно-правовые документы в связи с введением ВФСК ГТО?

Организация и проведение тестирования в рамках ВФСК

1. Охарактеризуйте функции медицинского сопровождения тестирования в рамках ВФСК.
2. Перечислите задачи Центра тестирования.
3. Опишите виды испытаний, позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков лиц, участвующих в сдаче нормативов Комплекса.
4. Какие документы и локальные акты должны регламентировать работу Центра тестирования?
5. Каким требованиям должны отвечать места для выполнения нормативов Комплекса?

Судейство соревнований

1. Опишите процедуру тестирования гибкости и координационных способностей в рамках ВФСК ГТО.
2. Опишите процедуру тестирования силы в рамках ВФСК ГТО.
3. Опишите процедуру тестирования скоростных и скоростно-силовых возможностей в рамках ВФСК ГТО.
4. Опишите процедуру тестирования прикладных навыков и выносливости в рамках ВФСК ГТО.
5. В чем заключаются права и обязанности судей?
6. Каким образом осуществляется подведение итогов сдачи нормативов Комплекса?

Промежуточная аттестация – Экзамен

Оценочное средство: Тест

Учебное задание: выполните тест по дисциплине, выбрав верные варианты ответов:

Вариант 1.

1. Участники II ступени ВФСК ГТО – это...?
А. Учащиеся от 9 до 10 лет;
Б. Учащиеся от 11 до 12 лет;
В. Учащиеся от 13 до 15 лет;
Г. Учащиеся от 16 до 17 лет;
2. Какое количество видов испытаний (тестов) всего содержится для участников II ступени ВФСК ГТО?
А. 9;
Б. 10;
В. 11;
Г. 12;
3. Какое количество обязательных видов испытаний (тестов) необходимо выполнить участникам II ступени ВФСК ГТО?
А. 1;
Б. 2;
В. 3;
Г. 4;

4. Какие прыжки есть в испытаниях (тестах) по выбору для участников II ступени ВФСК ГТО?
- А. Прыжок через скакалку;
 - Б. Прыжок в обруч;
 - В. Прыжок с мячом;
 - Г. Прыжок в длину с разбега или прыжок в длину с места толчком двумя ногами.
5. Какое количество испытаний (тестов) по выбору содержится для участников II ступени ВФСК ГТО?
- А. 5;
 - Б. 6;
 - В. 7;
 - Г. 8;
6. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) есть во II ступени ВФСК ГТО?
- А. 1000м;
 - Б. 900м;
 - В. 800м;
 - Г. 700м;
7. Какого вида испытаний (тестов) нет в испытаниях (тестах) по выбору в II ступени ВФСК ГТО ?
- А. Челночный бег 3x10м;
 - Б. Плавание на 50м;
 - В. Метание мяча весом 150г;
 - Г. Самозащита без оружия;
8. Какая дистанция на скорость есть в обязательных тестах (испытаниях) для участников II ступени ВФСК ГТО?
- А. 30 или 60м;
 - Б. 20м ;
 - В. 40м;
 - Г. 50м;
9. Какого вида испытаний (теста) нет в программе для участников II ступени ВФСК ГТО?
- А. Подтягивание из виса на высокой перекладине;
 - Б. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90см;
 - В. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
 - Г. Поднимание гири весом 16кг;
10. Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения «золотого» знака отличия ВФСК ГТО в рамках II ступени?
- А. 8;
 - Б. 7;
 - В. 6;
 - Г. 5.
11. В каком году был возрожден комплекс ГТО в России?
- А. 2011
 - Б. 2013
 - В. 2015

Г. 2017

12. Кто стал инициатором возрождения программы ГТО?

Александр Карелин
Дмитрий Медведев
Владимир Путин
Сергей Иванов

13. Некоторые нормативы ГТО включают в себя рывок гири. Какой вес гири предусмотрен?

8 кг
16 кг
24 кг
32 кг

14. С какой скоростью мужчина 18-29 лет должен пробежать стометровку, чтобы получить золотой знак ГТО?

13 секунд
14 секунд
15 секунд
16 секунд

15. Какое произведение советского времени содержит следующие строки: "Знак ГТО на груди у него, больше не знают о нем ничего"?

"Тимур и его команда", А. П. Гайдар
"Дядя Степа", С. В. Михалков
"Рассказ о неизвестном герое", С. Я. Маршак
"Мойдодыр", К. И. Чуковский

16. Все без исключения представители какой профессии в СССР имели золотые знаки ГТО?

Инженеры
Шахтеры
Летчики
Космонавты

17. В каком возрасте можно получить знак ГТО?

От 18 до 40 лет
От 10 до 25 лет
От 6 до 70 лет и старше
Возрастных ограничений нет

18. Знаменитый борец Александр Карелин в детстве не смог получить золотой знак ГТО из-за недостатка ловкости и был обладателем только серебряного знака. С какими дисциплинами у него возникли проблемы?

Бег и плавание
Подтягивание и метание гранаты
Прыжки и бег на лыжах
Лазание по канату и езда на велосипеде

19. Кто разработал первый проект значка ГТО в советское время?

15-летний школьник В. Токтаров
Художник М. С. Ягужинский

Полковник Н. В. Копылов
Генсек ЦК КПСС Л. И. Брежнев

20. Назовите максимальную дистанцию по плаванию в рамках современных нормативов ГТО.

- 25 метров
- 50 метров
- 100 метров
- 150 метров

21. Как называлась система, на базе которой в СССР было основано физкультурное движение ГТО?

- Спартакиада
- Всезнал
- Всеобуч
- Общеспорт

22. В 1970-е годы многие советские граждане получили значок ГТО. Назовите их количество.

- 100 тысяч
- 1 миллион
- 10 миллионов
- 60 миллионов

23. В виде какой детали была сделана основа первого значка ГТО?

- Гайка
- Шестеренка
- Шарнир
- Подшипник

24. Как британская газета Таймс назвала советский комплекс ГТО?

- Секретное оружие
- Тайный шифр
- Советская загадка
- Программа будущего

25. Как называлась IV ступень комплекса ГТО в советское время?

- Спортивный образ жизни
- Физическое совершенство
- Быстрее, выше, сильнее!
- Труд и отдых

26. Как расшифровывается аббревиатура ГТО?

27. В каком году был разработан физкультурный комплекс ГТО?

- 1. 1920 году;
- 2. 1930 году;
- 3. 1932 году;
- 4. 1934 году.

28. Кто может проходить тестирование:

1. школьники;
2. студенты;
3. женщины и мужчины;
4. все выше перечисленные.

29. Сколько существует ступеней нормативов ГТО:

1. 1 ступень;
2. 5 ступеней;
3. 11 ступеней;
4. 13 ступеней.

30. Какая возрастная группа охватывает первую ступень:

1. 5 – 6 лет;
2. 6 – 8 лет;
3. 8 – 12 лет;
4. без ограничений.

31. Для прохождения тестирования, необходимо иметь при себе следующие документы:

1. документ, удостоверяющий личность;
2. медицинский полис;
3. ИНН;
4. СНИЛС;
5. медицинская справка;
6. свидетельство о рождении.

32. Что такое БГТО:

33. Каких знаков отличия ГТО не существует:

1. золотой знак;
2. латунный знак;
3. бронзовый знак;
4. медный знак;
5. стальной знак;
6. серебряный знак.

34. Обязательным испытанием для школьников является:

1. подтягивание из виса на высокой перекладине;
2. бег на 60 м (с);
3. плавание;
4. челночный бег 3x10 м (с).

35. В какой промежуток времени произошло возрождение комплекса ГТО в современной России:

1. 2005 – 2011;
2. 2003 – 2008;
3. 2007 – 2014;
4. 2000 – 2015.

36. В каком году Россия получает право на Олимпиаду :

1. 2005 году;
2. 2009 году;
3. 2010 году;
4. 2007 году.

37. На каких принципах основывается Всероссийский физкультурно спортивный комплекс:

1. добровольность и доступность;
2. экономичность;
3. равноправие женщин и мужчин;
4. обязательность медицинского контроля.

38. Кто выступил с инициативой о возрождении комплекса ГТО в России в современном формате:

1. руководство страны и региональные руководители;
2. президент РФ;
3. временное правительство;
4. министерство спорта Российской Федерации.

39. Награда, вручаемая гражданам России за выполнение нормативов, овладение знаниями и умениями определенных ступеней Комплекса ГТО это:

1. медаль;
2. грамота;
3. знак отличия;
4. сертификат.

40. Недельный двигательный режим это:

1. овладение практическими умениями и навыками физкультурно оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно спортивной деятельности;
2. минимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья;
3. комплекс мероприятий, включающий информирование о нормативах Комплекса ГТО, порядке тестирования и рекомендациях к недельному двигательному режиму, организацию физической подготовки в целях успешного прохождения тестирования и иные мероприятия.

Критерии оценки тестирования:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 30 40 вопросов теста.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 25 30 во-

просов теста.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 20–25 вопросов теста.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 0–20 вопросов теста.

Вариант 2.

1.. Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения «золотого» знака отличия ВФСК ГТО в рамках II ступени?

А. 8;

Б. 7;

В. 6;

Г. 5.

2. В каком году был возрожден комплекс ГТО в России?

А. 2011

Б. 2013

В. 2015

Г. 2017

3. Кто стал инициатором возрождения программы ГТО?

Александр Карелин

Дмитрий Медведев

Владимир Путин

Сергей Иванов

4. Некоторые нормативы ГТО включают в себя рывок гири. Какой вес гири предусмотрен?

8 кг

16 кг

24 кг

32 кг

5. С какой скоростью мужчина 18–29 лет должен пробежать стометровку, чтобы получить золотой знак ГТО?

13 секунд

14 секунд

15 секунд

16 секунд

6. Какое произведение советского времени содержит следующие строки: "Знак ГТО на груди у него, больше не знают о нем ничего"?

"Тимур и его команда", А. П. Гайдар

"Дядя Степа", С. В. Михалков

"Рассказ о неизвестном герое", С. Я. Маршак

"Мойдодыр", К. И. Чуковский

7. Все без исключения представители какой профессии в СССР имели золотые знаки ГТО?

Инженеры

Шахтеры

Летчики

Космонавты

8. В каком возрасте можно получить знак ГТО?

От 18 до 40 лет

От 10 до 25 лет

От 6 до 70 лет и старше

Возрастных ограничений нет

9. Знаменитый борец Александр Карелин в детстве не смог получить золотой знак ГТО из-за недостатка ловкости и был обладателем только серебряного знака. С какими дисциплинами у него возникли проблемы?

Бег и плавание

Подтягивание и метание гранаты

Прыжки и бег на лыжах

Лазание по канату и езда на велосипеде

10. Кто разработал первый проект значка ГТО в советское время?

15-летний школьник В. Токтаров

Художник М. С. Ягужинский

Полковник Н. В. Копылов

Генсек ЦК КПСС Л. И. Брежнев

11. Назовите максимальную дистанцию по плаванию в рамках современных нормативов ГТО.

25 метров

50 метров

100 метров

150 метров

12. Участники II ступени ВФСК ГТО – это...?

А. Учащиеся от 9 до 10 лет;

Б. Учащиеся от 11 до 12 лет;

В. Учащиеся от 13 до 15 лет;

Г. Учащиеся от 16 до 17 лет;

13. Какое количество видов испытаний (тестов) всего содержится для участников II ступени ВФСК ГТО?

А. 9;

Б. 10;

В. 11;

Г. 12;

14. Какое количество обязательных видов испытаний (тестов) необходимо выполнить участникам II ступени ВФСК ГТО?

А. 1;

Б. 2;

В. 3;

Г. 4;

15. Какие прыжки есть в испытаниях (тестах) по выбору для участников II ступени ВФСК ГТО?

А. Прыжок через скакалку;

Б. Прыжок в обруч;

- В. Прыжок с мячом;
- Г. Прыжок в длину с разбега или прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

16. Какое количество испытаний (тестов) по выбору содержится для участников II ступени ВФСК ГТО?

- А. 5;
- Б. 6;
- В. 7;
- Г. 8;

17. Какая дистанция на выносливость в обязательных испытаниях (тестах) есть во II ступени ВФСК ГТО?

- А. 1000м;
- Б. 900м;
- В. 800м;
- Г. 700м;

18. Какого вида испытаний (тестов) нет в испытаниях (тестах) по выбору в II ступени ВФСК ГТО ?

- А. Челночный бег 3х10м;
- Б. Плавание на 50м;
- В. Метание мяча весом 150г;
- Г. Самозащита без оружия;

19. Какая дистанция на скорость есть в обязательных тестах (испытаниях) для участников II ступени ВФСК ГТО?

- А. 30 или 60м;
- Б. 20м ;
- В. 40м;
- Г. 50м;

20. Какого вида испытаний (теста) нет в программе для участников II ступени ВФСК ГТО?

- А. Подтягивание из виса на высокой перекладине;
- Б. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90см;
- В. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу;
- Г. Поднимание гири весом 16кг;

21. Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения «золотого» знака отличия ВФСК ГТО в рамках II ступени?

- А. 8;
- Б. 7;
- В. 6;
- Г. 5.

22. Назовите максимальную дистанцию по плаванию в рамках современных нормативов ГТО.

- 25 метров
- 50 метров
- 100 метров
- 150 метров

23. Как называлась система, на базе которой в СССР было основано физкультурное движение ГТО?
Спартакиада
Всезнал
Всеобуч
Общеспорт
24. В 1970-е годы многие советские граждане получили значок ГТО. Назовите их количество.
100 тысяч
1 миллион
10 миллионов
60 миллионов
25. В виде какой детали была сделана основа первого значка ГТО?
Гайка
Шестеренка
Шарнир
Подшипник
26. Как британская газета Таймс назвала советский комплекс ГТО?
Секретное оружие
Тайный шифр
Советская загадка
Программа будущего
27. Как называлась IV ступень комплекса ГТО в советское время?
Спортивный образ жизни
Физическое совершенство
Быстрее, выше, сильнее!
Труд и отдых
28. Как расшифровывается аббревиатура ГТО?
29. В каком году был разработан физкультурный комплекс ГТО?
1920 году;
1930 году;
1932 году;
1934 году.
30. Кто может проходить тестирование:
школьники;
студенты;
женщины и мужчины;
все выше перечисленные.
31. Сколько существует ступеней нормативов ГТО:
1 ступень;
5 ступеней;
11 ступеней;
13 ступеней.
32. Какая возрастная группа охватывает первую ступень:

- 5 6 лет;
- 6 8 лет;
- 8 12 лет;

без ограничений.

33. Для прохождения тестирования, необходимо иметь при себе следующие документы:

документ, удостоверяющий личность;

медицинский полис;

ИНН;

СНИЛС;

медицинская справка;

свидетельство о рождении.

34. Что такое БГТО:

35. Каких знаков отличия ГТО не существует:

золотой знак;

латунный знак;

бронзовый знак;

медный знак;

стальной знак;

серебряный знак.

36. Обязательным испытанием для школьников является:

подтягивание из виса на высокой перекладине;

бег на 60 м (с);

плавание;

челночный бег 3x10 м (с).

37. В какой промежуток времени произошло возрождение комплекса ГТО в современной России:

2005 2011;

2003 2008;

2007 2014;

2000 2015.

38. В каком году Россия получает право на Олимпиаду :

2005 году;

2009 году;

2010 году;

2007 году.

39. На каких принципах основывается Всероссийский физкультурно спортивный комплекс:

добровольность и доступность;

экономичность;

равноправие женщин и мужчин;

обязательность медицинского контроля.

40. Кто выступил с инициативой о возрождении комплекса ГТО в России в современном формате:

руководство страны и региональные руководители;

президент РФ;

временное правительство;

министерство спорта Российской Федерации.

Критерии оценки тестирования:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 30–40 вопросов теста.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 25–30 вопросов теста.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 20–25 вопросов теста.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он дает правильные ответы на 0–20 вопросов теста.

Вопросы для собеседования

Нормативно правовое и методическое обеспечение ВФСК

5. Дайте характеристику ВФСК ГТО в сравнении с программой физкультурной подготовки «Готов к труду и обороне СССР».
6. Перечислите основные нормативно правовые акты, регламентирующие внедрение ВФСК ГТО.
7. Перечислите официальные сайты федерального и регионального уровня, обеспечивающие информационно методическое сопровождение ВФСК ГТО.
8. Какие изменения и поправки были внесены в нормативно правовые документы в связи с введением ВФСК ГТО?

Организация и проведение тестирования в рамках ВФСК

4. Охарактеризуйте функции медицинского сопровождения тестирования в рамках ВФСК.
5. Перечислите задачи Центра тестирования.
6. Опишите виды испытаний, позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков лиц, участвующих в сдаче нормативов Комплекса.
6. Какие документы и локальные акты должны регламентировать работу Центра тестирования?
7. Каким требованиям должны отвечать места для выполнения нормативов Комплекса?

Судейство соревнований

7. Опишите процедуру тестирования гибкости и координационных способностей в рамках ВФСК ГТО.
8. Опишите процедуру тестирования силы в рамках ВФСК ГТО.
9. Опишите процедуру тестирования скоростных и скоростно силовых возможностей в рамках ВФСК ГТО.
10. Опишите процедуру тестирования прикладных навыков и выносливости в рамках ВФСК ГТО.
11. В чем заключаются права и обязанности судей?
12. Каким образом осуществляется подведение итогов сдачи нормативов Комплекса?

Критерии оценки собеседования:

Оценка «5»

глубокое и прочное усвоение программного материала;
полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы при

видоизменении задания;
свободно справляющиеся с поставленными задачами, знания материала;
правильно обоснованные принятые решения;
владение разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ.

Оценка «4»

знание программного материала;
грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос;
правильное применение теоретических знаний;
владение необходимыми навыками при выполнении практических задач.

Оценка «3»

усвоение основного материала;
при ответе допускаются неточности;
при ответе недостаточно правильные формулировки;
нарушение последовательности в изложении программного материала;
затруднения в выполнении практических заданий;

Оценка «2»

не знание программного материала;
при ответе возникают ошибки;
затруднения при выполнении практических работ.

Оценочное средство: Устный ответ

Учебное задание: ответьте на вопросы.

Примерный перечень вопросов для экзамена:

1. Дайте характеристику ВФСК ГТО в сравнении с программой физкультурной подготовки «Готов к труду и обороне СССР».
2. Перечислите основные нормативно правовые акты, регламентирующие внедрение ВФСК ГТО.
3. Перечислите официальные сайты федерального и регионального уровня, обеспечивающие информационно методическое сопровождение
4. ВФСК ГТО.
5. Какие изменения и поправки были внесены в нормативно правовые документы в связи с введением ВФСК ГТО?
6. Охарактеризуйте функции медицинского сопровождения тестирования в рамках ВФСК.
7. Перечислите задачи Центра тестирования.
8. Опишите виды испытаний, позволяющие определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков лиц, участвующих в сдаче нормативов Комплекса.
9. Какие документы и локальные акты должны регламентировать работу Центра тестирования?
10. Каким требованиям должны отвечать места для выполнения нормативов Комплекса?
11. Опишите процедуру тестирования гибкости и координационных способностей в рамках ВФСК ГТО.
12. Опишите процедуру тестирования силы в рамках ВФСК ГТО.
13. Опишите процедуру тестирования скоростных и скоростно силовых возможностей в рамках ВФСК ГТО.

14. Опишите процедуру тестирования прикладных навыков и выносливости в рамках ВФСК ГТО.
15. В чем заключаются права и обязанности судей?
16. Каким образом осуществляется подведение итогов сдачи нормативов Комплекса?