

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности

**Специальность**

49.02.02 Адаптивная физическая культура

**Квалификация**

Педагог по адаптивной физической культуре и спорту

Составитель \_\_\_\_\_

**Грозный – 2026г.**

## ПАСПОРТ

### ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	
1.	Гимнастическая терминология. Методические особенности проведения строевых упражнений.	ОК 07, ОК 08, ОК 09 , ПК 1.2., ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1.,ПК 2.4., ПК 3.1. – ПК 3.5, ПК 3.1. – ПК 3.6.	Экзамен	1-я текущая аттестация
2.	Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта .			2-я текущая аттестация
3.	Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх.			
4.	Методика обучения тактическим приёмам в спортивных играх.			

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

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

*Образец билета к 1-ой текущей аттестации*  
**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест**  
**по ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности**  
**I-аттестация**  
**Вариант №\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

**Вариант №1**

1. Что означает термин «упражнение» в гимнастике?

- а) Целенаправленное двигательное действие для развития физических качеств;
- б) Только соревнование;
- в) Исключительно растяжка;
- г) Минимальное использование.

2. Термин «разминка» обозначает:

- а) Комплекс подготовительных упражнений перед основной частью занятия;
- б) Только бег;
- в) Исключительно растяжку;
- г) Минимальное использование.

3. «Основная часть» гимнастического занятия включает:

- а) Основные упражнения, направленные на достижение учебной или тренировочной цели;
- б) Только подвижные игры;
- в) Исключительно отдых;
- г) Минимальное использование.

4. Термин «заключительная часть» занятия обозначает:

- а) Упражнения для восстановления дыхания и расслабления мышц после нагрузки;
- б) Только соревнование;
- в) Исключительно разминку;
- г) Минимальное использование.

5. Понятие «координация движений» в гимнастике связано с:

- а) Согласованностью действий различных частей тела;
- б) Только силой;
- в) Исключительно выносливостью;
- г) Минимальное использование.

6. Что такое «постановка рук» в гимнастике?

- а) Правильное расположение рук при выполнении упражнения;
- б) Только разминка;
- в) Исключительно силовое упражнение;
- г) Минимальное использование.

7.«Стойка на руках» — это:

- а) Элемент гимнастики, требующий силы и равновесия;
- б) Только растяжка;
- в) Исключительно бег;
- г) Минимальное использование.

8.Термин «опора» в гимнастике означает:

- а) Точку или поверхность, на которую приходится вес тела при выполнении упражнения;
- б) Только силовое упражнение;
- в) Исключительно баланс;
- г) Минимальное использование.

9.«Прыжки» в гимнастике характеризуются:

- а) Динамическими движениями с отрывом от опоры;
- б) Только бегом;
- в) Исключительно силой;
- г) Минимальное использование.

10.Понятие «развивающее упражнение» включает:

- а) Упражнения, направленные на развитие физических качеств и моторных навыков;
- б) Только растяжку;
- в) Исключительно разминку;
- г) Минимальное использование.

## **Вариант №2**

1.Строевые упражнения направлены на:

- а) Формирование дисциплины, координации и коллективных навыков;
- б) Только силовую подготовку;
- в) Исключительно бег;
- г) Минимальное использование.

2.Основные элементы строевой подготовки включают:

- а) Построение, шаг, повороты и перестроения;
- б) Только марширование;
- в) Исключительно бег;
- г) Минимальное использование.

3.Методика проведения строевых упражнений предполагает:

- а) Пошаговое обучение с постепенным усложнением движений;
- б) Только быструю демонстрацию;
- в) Исключительно самостоятельную работу;
- г) Минимальное использование.

4.Важным принципом строевой подготовки является:

- а) Согласованность действий всего строя;
- б) Только индивидуальные навыки;
- в) Исключительно скорость;
- г) Минимальное использование.

5.Строевой шаг должен быть:

- а) Ровным, синхронизированным и ритмичным;

- б) Только быстрым;
- в) Исключительно медленным;
- г) Минимальное использование.

6. Основная цель спортивных игр в физическом воспитании:

- а) Развитие физических качеств, координации, тактики и командной работы;
- б) Только соревнования;
- в) Исключительно отдых;
- г) Минимальное использование.

7. Подвижные игры способствуют:

- а) Развитию быстроты, ловкости и выносливости;
- б) Только силовой подготовке;
- в) Исключительно бегу;
- г) Минимальное использование.

8. Методика проведения игр включает:

- а) Обучение правилам, технике, тактике и организации игрового процесса;
- б) Только показ упражнений;
- в) Исключительно силовые упражнения;
- г) Минимальное использование.

9. Принцип ротации в подвижных играх означает:

- а) Чередование игроков и позиций для равномерного участия и нагрузки;
- б) Только смену правил игры;
- в) Исключительно отдых;
- г) Минимальное использование.

10. Важнейшее значение спортивных игр для студентов физической культуры:

- а) Формирование физических, психических и социальных качеств личности;
- б) Только развитие силы;
- в) Исключительно выносливость;
- г) Минимальное использование.

### Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	а	а
2	а	а
3	а	а
4	а	а
5	а	а
6	а	а
7	а	а
8	а	а
9	а	а
10	а	а

## *Вопросы ко 2-ой текущей аттестации*

1. Дайте определение упражнения в гимнастике и поясните его назначение.
2. Что такое разминка и какие цели она преследует?
3. Какова роль основной части гимнастического занятия?
4. Для чего проводится заключительная часть занятия?
5. Объясните понятие «координация движений» и его значение в гимнастике.
6. Что такое постановка рук и как она влияет на выполнение упражнений?
7. Дайте определение стойки на руках и назовите физические качества, необходимые для её выполнения.
8. Что подразумевается под опорой в гимнастическом движении?
9. Какие характеристики присущи прыжкам в гимнастике?
10. Что включают в себя развивающие упражнения и какую функцию они выполняют?
11. В чем заключается назначение строевых упражнений?
12. Назовите основные элементы строевой подготовки.
13. Какова методика обучения строевым упражнениям?
14. Почему согласованность действий всего строя является важным принципом?
15. Каковы основные требования к строевому шагу?
16. Какова основная цель спортивных игр в системе физического воспитания?
17. Какие физические качества развивают подвижные игры?
18. Какие этапы включает методика проведения спортивных игр?
19. Что означает принцип ротации в подвижных играх и для чего он нужен?
20. Какое значение имеют спортивные игры для формирования личности студента физической культуры?

*Образец билета ко 2-ой текущей аттестации*  
**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест**  
**по ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности**  
**II-аттестация**  
**Вариант №\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

**Вариант №1**

- Техника в спортивной игре — это:
  - Совокупность движений, направленных на эффективное выполнение игровых действий;
  - Только правила игры;
  - Исключительно физическая подготовка;
  - Минимальное использование.
- Основная цель обучения техническим приёмам:
  - Формирование правильных, точных и эффективных движений для игровых действий;
  - Только развитие выносливости;
  - Исключительно повышение силы;
  - Минимальное использование.
- Какие способы демонстрации техники применяются в обучении?
  - Словесный, наглядный и практический методы;
  - Только словесный;
  - Исключительно визуальный;
  - Минимальное использование.
- Что такое разбор ошибки при обучении технике?
  - Анализ неправильного выполнения и корректировка действий;
  - Только наказание;
  - Исключительно повторение упражнения;
  - Минимальное использование.
- Последовательность обучения приёмам включает:
  - Демонстрацию, объяснение, выполнение и коррекцию;
  - Только выполнение;
  - Исключительно объяснение;
  - Минимальное использование.
- Что такое упрощённая форма приёма в обучении?
  - Модифицированный вариант движения для облегчения усвоения;
  - Только ускоренный вариант;

- в) Исключительно силовой вариант;
- г) Минимальное использование.

7. Методы контроля при обучении техническим приёмам:

- а) Визуальный, словесный, с использованием видеонализом;
- б) Только визуальный;
- в) Исключительно тестирование;
- г) Минимальное использование.

8. Какова роль повторений в овладении техникой?

- а) Повторения способствуют закреплению правильной техники и автоматизации движений;
- б) Только увеличение физической нагрузки;
- в) Исключительно координации;
- г) Минимальное использование.

9. Важность правильного выполнения исходных положений:

- а) Обеспечивает эффективность и безопасность при выполнении приёмов;
- б) Только ускоряет выполнение;
- в) Исключительно для эстетики;
- г) Минимальное использование.

10. Индивидуализация обучения техники означает:

- а) Учёт физических и психологических особенностей каждого обучаемого;
- б) Только одинаковое повторение упражнения для всех;
- в) Исключительно групповые занятия;
- г) Минимальное использование.

## **Вариант №2**

1. Тактика в спортивной игре — это:

- а) Система действий и решений, направленных на достижение победы;
- б) Только физическая подготовка;
- в) Исключительно правила игры;
- г) Минимальное использование.

2. Основная цель обучения тактике:

- а) Формирование умений принимать правильные решения в игровых ситуациях;
- б) Только развитие силы;
- в) Исключительно техника;
- г) Минимальное использование.

3. Методы обучения тактическим приёмам:

- а) Игровая, словесная и наглядная демонстрация ситуаций;
- б) Только игровая;
- в) Исключительно теоретическая;
- г) Минимальное использование.

4. Что такое анализ игровой ситуации?

- а) Оценка положения игроков, возможностей и выбора действий для достижения цели;
- б) Только просмотр видео;
- в) Исключительно физическая проверка;
- г) Минимальное использование.

5. Принцип постепенности в обучении тактике:

- а) Переход от простых игровых ситуаций к более сложным;
- б) Только ускорение игры;
- в) Исключительно усложнение правил;
- г) Минимальное использование.

6. Тактические упражнения могут быть:

- а) Специальными, игровыми и комбинированными;
- б) Только специальными;
- в) Исключительно игровыми;
- г) Минимальное использование.

7. Важность обратной связи при обучении тактике:

- а) Позволяет корректировать решения и улучшать игровое поведение;
- б) Только для мотивации;
- в) Исключительно для оценки физической подготовки;
- г) Минимальное использование.

8. Индивидуальная тактика предполагает:

- а) Использование сильных сторон конкретного игрока для достижения результата;
- б) Только одинаковые решения для всех;
- в) Исключительно групповую тактику;
- г) Минимальное использование.

9. Коллективная тактика направлена на:

- а) Согласование действий команды для достижения общей цели;
- б) Только личный успех игрока;
- в) Исключительно индивидуальные навыки;
- г) Минимальное использование.

10. Анализ тактических ошибок помогает:

- а) Повышать эффективность командных и индивидуальных действий;
- б) Только улучшить физическую форму;
- в) Исключительно повторить приём;
- г) Минимальное использование.

### Критерии оценивания текущей аттестации:

Количество вопросов	Оценка	
10	5	аттестован
8-9	4	
5-7	3	
0-4	2	не аттестован

**Аттестован** - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 5-10 вопросов.

**Не аттестован** - выставляется обучающемуся, который ответил на 4 и менее вопросов.

**Отлично** - выставляется обучающемуся, ответившему на 10 вопросов.

**Хорошо** - выставляется обучающемуся, ответившему на 8-9 вопросов.

**Удовлетворительно** - выставляется обучающемуся, ответившему на 5-7 вопросов.

### Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	а	а
2	а	а
3	а	а
4	а	а
5	а	а
6	а	а
7	а	а
8	а	а
9	а	а
10	а	а

*Образец билета к экзамену*

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест  
по ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности**

**Экзамен  
Вариант № \_\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

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

**Вариант №1**

1. Что означает термин «упражнение» в гимнастике?

- а) Целенаправленное двигательное действие для развития физических качеств;
- б) Только соревнование;
- в) Исключительно растяжка;
- г) Минимальное использование.

2. Термин «разминка» обозначает:

- а) Комплекс подготовительных упражнений перед основной частью занятия;
- б) Только бег;
- в) Исключительно растяжку;
- г) Минимальное использование.

3. «Основная часть» гимнастического занятия включает:

- а) Основные упражнения, направленные на достижение учебной или тренировочной цели;

- б) Только подвижные игры;
- в) Исключительно отдых;
- г) Минимальное использование.

4. Термин «заклучительная часть» занятия обозначает:

- а) Упражнения для восстановления дыхания и расслабления мышц после нагрузки;
- б) Только соревнование;
- в) Исключительно разминку;
- г) Минимальное использование.

5. Понятие «координация движений» в гимнастике связано с:

- а) Согласованностью действий различных частей тела;
- б) Только силой;
- в) Исключительно выносливостью;
- г) Минимальное использование.

6. Что такое «постановка рук» в гимнастике?

- а) Правильное расположение рук при выполнении упражнения;
- б) Только разминка;
- в) Исключительно силовое упражнение;
- г) Минимальное использование.

7. «Стойка на руках» — это:

- а) Элемент гимнастики, требующий силы и равновесия;
- б) Только растяжка;
- в) Исключительно бег;
- г) Минимальное использование.

8. Термин «опора» в гимнастике означает:

- а) Точку или поверхность, на которую приходится вес тела при выполнении упражнения;
- б) Только силовое упражнение;
- в) Исключительно баланс;
- г) Минимальное использование.

9. «Прыжки» в гимнастике характеризуются:

- а) Динамическими движениями с отрывом от опоры;
- б) Только бегом;
- в) Исключительно силой;
- г) Минимальное использование.

10. Понятие «развивающее упражнение» включает:

- а) Упражнения, направленные на развитие физических качеств и моторных навыков;
- б) Только растяжку;
- в) Исключительно разминку;
- г) Минимальное использование.

11. Строевые упражнения направлены на:

- а) Формирование дисциплины, координации и коллективных навыков;
- б) Только силовую подготовку;
- в) Исключительно бег;
- г) Минимальное использование.

12. Основные элементы строевой подготовки включают:

- а) Построение, шаг, повороты и перестроения;

- б) Только марширование;
- в) Исключительно бег;
- г) Минимальное использование.

13.Методика проведения строевых упражнений предполагает:

- а) Пошаговое обучение с постепенным усложнением движений;
- б) Только быструю демонстрацию;
- в) Исключительно самостоятельную работу;
- г) Минимальное использование.

14.Важным принципом строевой подготовки является:

- а) Согласованность действий всего строя;
- б) Только индивидуальные навыки;
- в) Исключительно скорость;
- г) Минимальное использование.

15.Строевой шаг должен быть:

- а) Ровным, синхронизированным и ритмичным;
- б) Только быстрым;
- в) Исключительно медленным;
- г) Минимальное использование.

16.Основная цель спортивных игр в физическом воспитании:

- а) Развитие физических качеств, координации, тактики и командной работы;
- б) Только соревнования;
- в) Исключительно отдых;
- г) Минимальное использование.

17.Подвижные игры способствуют:

- а) Развитию быстроты, ловкости и выносливости;
- б) Только силовой подготовке;
- в) Исключительно бегу;
- г) Минимальное использование.

18.Методика проведения игр включает:

- а) Обучение правилам, техники, тактике и организации игрового процесса;
- б) Только показ упражнений;
- в) Исключительно силовые упражнения;
- г) Минимальное использование.

19.Принцип ротации в подвижных играх означает:

- а) Чередование игроков и позиций для равномерного участия и нагрузки;
- б) Только смену правил игры;
- в) Исключительно отдых;
- г) Минимальное использование.

20.Важнейшее значение спортивных игр для студентов физической культуры:

- а) Формирование физических, психических и социальных качеств личности;
- б) Только развитие силы;
- в) Исключительно выносливость;
- г) Минимальное использование.

1. Техника в спортивной игре — это:

- а) Совокупность движений, направленных на эффективное выполнение игровых действий;
- б) Только правила игры;
- в) Исключительно физическая подготовка;
- г) Минимальное использование.

2. Основная цель обучения техническим приёмам:

- а) Формирование правильных, точных и эффективных движений для игровых действий;
- б) Только развитие выносливости;
- в) Исключительно повышение силы;
- г) Минимальное использование.

3. Какие способы демонстрации техники применяются в обучении?

- а) Словесный, наглядный и практический методы;
- б) Только словесный;
- в) Исключительно визуальный;
- г) Минимальное использование.

4. Что такое разбор ошибки при обучении технике?

- а) Анализ неправильного выполнения и корректировка действий;
- б) Только наказание;
- в) Исключительно повторение упражнения;
- г) Минимальное использование.

5. Последовательность обучения приёмам включает:

- а) Демонстрацию, объяснение, выполнение и коррекцию;
- б) Только выполнение;
- в) Исключительно объяснение;
- г) Минимальное использование.

6. Что такое упрощённая форма приёма в обучении?

- а) Модифицированный вариант движения для облегчения усвоения;
- б) Только ускоренный вариант;
- в) Исключительно силовой вариант;
- г) Минимальное использование.

7. Методы контроля при обучении техническим приёмам:

- а) Визуальный, словесный, с использованием видеонализиров;
- б) Только визуальный;
- в) Исключительно тестирование;
- г) Минимальное использование.

8. Какова роль повторений в овладении техникой?

- а) Повторения способствуют закреплению правильной техники и автоматизации движений;
- б) Только увеличение физической нагрузки;
- в) Исключительно координации;
- г) Минимальное использование.

9. Важность правильного выполнения исходных положений:

- а) Обеспечивает эффективность и безопасность при выполнении приёмов;
- б) Только ускоряет выполнение;
- в) Исключительно для эстетики;
- г) Минимальное использование.

10. Индивидуализация обучения техники означает:

- а) Учёт физических и психологических особенностей каждого обучаемого;
- б) Только одинаковое повторение упражнения для всех;
- в) Исключительно групповые занятия;
- г) Минимальное использование.

11. Тактика в спортивной игре — это:

- а) Система действий и решений, направленных на достижение победы;
- б) Только физическая подготовка;
- в) Исключительно правила игры;
- г) Минимальное использование.

12. Основная цель обучения тактике:

- а) Формирование умений принимать правильные решения в игровых ситуациях;
- б) Только развитие силы;
- в) Исключительно техника;
- г) Минимальное использование.

13. Методы обучения тактическим приёмам:

- а) Игровая, словесная и наглядная демонстрация ситуаций;
- б) Только игровая;
- в) Исключительно теоретическая;
- г) Минимальное использование.

14. Что такое анализ игровой ситуации?

- а) Оценка положения игроков, возможностей и выбора действий для достижения цели;
- б) Только просмотр видео;
- в) Исключительно физическая проверка;
- г) Минимальное использование.

15. Принцип постепенности в обучении тактике:

- а) Переход от простых игровых ситуаций к более сложным;
- б) Только ускорение игры;
- в) Исключительно усложнение правил;
- г) Минимальное использование.

16. Тактические упражнения могут быть:

- а) Специальными, игровыми и комбинированными;
- б) Только специальными;
- в) Исключительно игровыми;
- г) Минимальное использование.

17. Важность обратной связи при обучении тактике:

- а) Позволяет корректировать решения и улучшать игровое поведение;
- б) Только для мотивации;
- в) Исключительно для оценки физической подготовки;
- г) Минимальное использование.

18. Индивидуальная тактика предполагает:

- а) Использование сильных сторон конкретного игрока для достижения результата;
- б) Только одинаковые решения для всех;
- в) Исключительно групповую тактику;
- г) Минимальное использование.

19. Коллективная тактика направлена на:

- а) Согласование действий команды для достижения общей цели;
- б) Только личный успех игрока;
- в) Исключительно индивидуальные навыки;
- г) Минимальное использование.

20. Анализ тактических ошибок помогает:

- а) Повышать эффективность командных и индивидуальных действий;
- б) Только улучшить физическую форму;
- в) Исключительно повторить приём;
- г) Минимальное использование.

### Критерии оценивания экзамена/зачета:

Количество вопросов	Оценка	
18-20	5	зачтено
15-17	4	
10-14	3	
0-9	2	не зачтено

*\*для зачета*

**Зачтено** - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 10-20 вопросов.

**Не зачтено** - выставляется обучающемуся, который ответил на 9 и менее вопросов.

*\*для экзамена*

**Отлично** - выставляется обучающемуся, ответившему на 18-20 вопросов.

**Хорошо** - выставляется обучающемуся, ответившему на 15-17 вопросов.

**Удовлетворительно** - выставляется обучающемуся, ответившему на 10-14 вопросов.

### Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	а	а
2	а	а
3	а	а
4	а	а
5	а	а
6	а	а
7	а	а
8	а	а
9	а	а
10	а	а
11	а	а
12	а	а
13	а	а
14	а	а
15	а	а

<b>16</b>	a	a
<b>17</b>	a	a
<b>18</b>	a	a
<b>19</b>	a	a
<b>20</b>	a	a