

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
 Должность: ректор  
 Дата подписания: 25.06.2025 11:29:51  
 Уникальный программный ключ:  
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6b1dcf836

## Оценочный материал для промежуточной аттестации по дисциплине

### Физическая культура и спорт, 1 семестр, 1 курс

|                          |                              |
|--------------------------|------------------------------|
| Код, направление         | 49.03.01 Физическая культура |
| подготовки               |                              |
| Направленность (профиль) | Спортивная тренировка        |
| Форма обучения           | очная                        |
| Кафедра-разработчик      | Теории физической культуры   |
| Выпускающая кафедра      | Теории физической культуры   |

### Типовые задания для контрольной работы

1. Общая характеристика системы ФКиС (цели, задачи, структура функционирования, современные тенденции развития)
2. Основные средства и методы физической культуры и спорта (образовательные, воспитательные, оздоровительные)
3. Физические качества и двигательные способности человека
4. Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания

### Типовые вопросы к зачету

1. ФКиС - как научная и учебная дисциплина. Общая характеристика системы физического воспитания.
2. Цели и задачи российской системы физического воспитания. Физическое воспитание как составная часть воспитания молодежи.
3. Принципы российской системы физического воспитания и их роль в практической деятельности.
4. Основы российской системы физического воспитания и их место в практической деятельности. Место дополнительного образования по ФК в системе.
5. Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания
6. Основы содержания и структура учебного предмета
7. Техника физических упражнений
8. Классификация физических упражнений
9. Нагрузка при выполнении физических упражнений
10. Факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений
11. Принципы обучения
12. Принцип сознательности и активности
13. Принципы систематичности и постепенности
14. Принципы последовательности и индивидуализации
15. Характеристика методов использования слова
16. Характеристика методов наглядного восприятия
17. Характеристика практических методов обучения
18. Двигательное умение. Характерные признаки. Значение
19. Двигательный навык. Характерные признаки. Значение
20. Двигательное умение высшего порядка. Характерные признаки. Значение
21. Общая характеристика физических качеств
22. Сила и методика ее развития
23. Быстрота и методика ее развития

24. Выносливость и методика ее развития
25. Подвижность в суставах и методика ее развития
26. Формы организации занятий. Классификация форм организации занятий.
27. Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания.
28. Источники специальных знаний и методика сообщения теоретических знаний.
29. Использование знаний в обучении двигательным действиям.
30. Система знаний, уровни усвоения знаний и уровни качества знаний.