

**МИНИСТЕРСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ  
РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА «ТРИУМФ»**

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБУ РД «СШОР им.  
Ш.Умаханова»

  
Умаханов И.А.  
«30» августа 2022г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ РД УОР  
«Триумф»

  
Бамматгереев Д.А.  
2022г.



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта**

По специальности: 49.02.01 Физическая культура

Квалификация: Педагог по физической культуре и спорту

Уровень подготовки (гуманитарный, углубленная подготовка)

**Хасавюрт, 2022**

Фонд оценочных средств дисциплины «ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта» разработан на основе

- Федерального государственного образовательного стандарта по специальностям среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.08.2014 № 976;

- Рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2022/2026 учебный год.

**Организация-разработчик:** ГБПОУ РД УОР «Триумф»

**Разработчик:** - Девлетгереева Д.М. преподаватель ГБПОУ РД «Училище олимпийского резерва «Триумф»

Рекомендован методическим советом ГБПОУ РД «Училище олимпийского резерва «Триумф» для применения в учебном процессе.

© Девлетгереева Д.М. 2022

© ГБПОУ РД «Училище олимпийского резерва «Триумф»

## Содержание

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплин, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
  - 3.1. Формы и методы оценивания
  - 3.2. Типовые задания для оценки освоения учебной дисциплины
4. Контрольно-оценочные материалы для итоговой аттестации по учебной дисциплине
5. Приложения

## **I. Паспорт комплекта оценочных средств**

### **1.1. Область применения**

Комплект оценочных средств предназначен для проверки результатов освоения дисциплины ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

### **Комплект оценочных средств позволяет оценивать:**

#### **1.1.1. Освоенные знания и умения:**

**31.** Понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;

**32.** Историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;

**33.** Методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки;

**34.** Средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности;

**35.** Основы теории обучения двигательным действиям;

**36.** Теоретические основы развития двигательных способностей;

**37.** Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);

**38.** Сущность и функции спорта;

**39.** Средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки;

**310.** Основные разделы спортивной подготовки;

**311.** Тренировочные и соревновательные нагрузки;

**312.** Основы теории соревновательной деятельности.

**У1.** Использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;

**У2.** Правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;

**У3.** Оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;

**У4.** Находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.

## 1.2. Система контроля и оценки освоения программы дисциплины

### 1.2.1. Формы промежуточной аттестации по освоению программы дисциплины

Наименование дисциплины	Формы промежуточного контроля и итоговой аттестации
1	2
Теория и история физической культуры и спорта	Дифференцированный зачет

### 1.2.2. Организация контроля и оценки освоения программы дисциплины

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля					
	Текущий контроль		Рубежный контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые У, З	Форма контроля	Проверяемые У, З	Форма контроля	Проверяемые У, З
Раздел 1. Основы теории физической культуры Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры	Лекционное занятие №1	У2 З2	Проверка рабочих тетрадей, устный опрос, собеседование с группой.	У2 З2	Зачет	У2 З2
Раздел 1. Основы теории физической культуры Тема 1.2. Средства формирования	Лекционное занятие №2	З1 У1	Проверка конспектов с последующ	З1 У1	Зачет	З1 У1

физической культуры личности	Самостоятельная работа № 1		им их обсуждение м, устный опрос, коллоквиум , краткие выводы.			
Раздел 1. Основы теории физической культуры Тема 1.3. Методы формирования физической культуры личности	Лекционное занятие №3 Самостоятельная работа № 2	3 5 У3	Проверка полученных знаний с последующим их обсуждением в группе, устный опрос.	35 У3	Зачет	35 У3
Раздел 1. Основы теории физической культуры Тема 1.4. Методические принципы занятий физическими упражнениями	Лекционное занятие № 4 Самостоятельная работа № 3	3 5,34 У4	Проверка рабочих тетрадей с последующим их обсуждением, устный опрос.	3 5,34 У4	Зачет	3 5,34 У4
Раздел 1. Основы теории физической культуры Тема 1.5. Основы теории обучения двигательным действиям	Лекционное занятие № 5	3 9 У4	Проверка конспектов с последующим их обсуждением в группе, коллоквиум , устный опрос, практический показ действий.	3 9 У4	Зачет	3 9 У4
Раздел 2. История физической культуры и спорта Тема 2.1. История физической культуры и спорта зарубежных стран	Лекционное занятие №6 Самостоятельная работа № 4	3 3 У2	Коллоквиум , устный опрос, собеседование с группой.	3 3 У2	Зачет	3 3 У2

Раздел 2. История физической культуры и спорта Тема 2.2. История физической культуры и спорта в России	Лекционное занятие № 7 Самостоятельная работа № 5	37 У3	Устный опрос по основным понятиям, коллоквиум .	37 У3	Зачет	37 У3
Раздел 2. История физической культуры и спорта Тема 2.3. История международного олимпийского движения	Лекционное занятие № 8 Самостоятельная работа № 6	36 У4	Собеседование с группой, устный опрос.	36 У4	Зачет	36 У4
Раздел 3. Основы теории и методики спорта Тема 3.1. Спорт в системе физической культуры	Лекционное занятие № 9	38 У\1	Проверка конспектов, устный опрос.	38 У1	Зачет	38 У1
Раздел 3. Основы теории и методики спорта Тема 3.2. Основы теории соревновательной деятельности	Лекционное занятие № 10	37 У3	Устный опрос по основным понятиям, коллоквиум .	37 У3	Зачет	37 У3
Раздел 3. Основы теории и методики спорта Тема 3.3. Основы спортивной тренировки	Лекционное занятие № 11 Самостоятельная работа № 7	36 У4	Собеседование с группой, устный опрос.	36 У4	Зачет	36 У4

## **2. КОМПЛЕКТ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОСВОЕНИЯ УМЕНИЙ И ЗНАНИЙ**

### **Устный опрос**

по дисциплине «Теория и история физической культуры и спорта»

#### **Тема №1**

1. Что такое физическая культура?
2. Что такое физическое воспитание?
3. Что такое спорт?
4. Что такое физическая рекреация?
5. Что такое двигательная реабилитация?
6. Что такое физическая подготовка?
7. Что такое физическое развитие?
8. Что такое физические упражнения?
9. Что такое система физической культуры?
10. Что такое физические упражнения?

#### **Тема №2**

1. Формирование физической культуры личности.
2. Современные концепции физического воспитания.
3. Классификация средств физического воспитания.
4. Физические упражнения как основное средство физического воспитания
5. Основные характеристики физических упражнений
6. Классификация физических упражнений.
7. Значение физических упражнений.
8. Вспомогательные средства физического воспитания
9. Классификация методов физического воспитания.
10. Общепедагогические методы физического воспитания: значение, характеристика, направленность, педагогические возможности



### **Тема №3,4,5**

1. Методы, направленные на приобретение знаний.
2. Виды двигательных умений.
3. Методы, направленные на приобретение умений.
4. Виды двигательных навыков.
5. Методы, направленные на приобретение навыков.
6. Методы, направленные на овладение двигательными умениями.
7. Методы, направленные на овладение двигательными навыками.
8. Понятие о двигательных умениях и навыках.
9. Обучение двигательным умениям и навыкам.
10. Этапы обучения двигательным навыкам.
11. Двигательное умение и двигательный навык как результат обучения.
12. Структура обучения отдельному двигательному действию.
13. Особенности обучения двигательным умениям и навыкам.
14. Общие методические принципы.
15. Специфические закономерности занятий физическими упражнениями.

### **Тема 6.**

1. Физическая культура в первобытном строе.
2. Физическая культура в рабовладельческом строе.
3. ФК в средние века в Европе и странах Востока.
4. ФК в буржуазном обществе в странах Европы.
5. Возникновение современных видов спорта и систем ФК в развитых странах мира, современное состояние ФК в развитых странах мира, перспективы.
6. Зарождение ФК у славян.
7. Развитие ФК в России до второй половины 19 века.
8. П.Ф. Лесгафт как основоположник системы ФВ в России.
9. Зарождение советской системы ФК, система ФК в СССР
10. Современная система ФК в РФ

## **Тема 7.**

1. Физическая культура в России.
2. Физическая культура с древнейших времён до второй половины XIX в.
3. Создание в России системы физического воспитания (образования).
4. Развитие в России системы физического воспитания (образования).
5. Создание в России современных видов спорта.
6. Развитие в России современных видов спорта.
7. Становление советской системы физического воспитания .
8. Развитие советской системы физического воспитания
9. Становление и развитие советского спорта
10. Физическая культура и спорт в Российской Федерации.

## **Тема 8.**

1. Возрождение олимпийского движения.
2. Олимпийское движение и его функционирование в настоящее время.
3. Перечислите спортивные дисциплины в летних ОИ.
4. Перечислите спортивные дисциплины в зимних ОИ.
5. Летние Олимпийские игры.
6. Зимние Олимпийские игры.
7. Кто основатель олимпийского движения.
8. В каком году Россия впервые приняла участие в ОИ.
9. Кто был первым олимпийским чемпионом.
10. Кто был первым олимпийским чемпионом из России.

## **Тема 9.**

1. Основные понятия, относящиеся к спорту.
2. Классификация видов спорта
3. Социальные функции спорта
4. Основные направления в развитии спортивного движения
5. Летние виды спорта.
6. Зимние виды спорта.

7. Спортивное движение в Советском союзе.

**Тема 10, 11.**

1. Основные виды и функции спортивных соревнований.
2. Спортивный результат, критерии измерения и оценки.
3. Спортивные достижения и тенденции их развития.
4. Цели спортивной тренировки.
5. Задачи спортивной тренировки.
6. Средства спортивной тренировки.
7. Методы спортивной тренировки.
8. Принципы спортивной тренировки.
9. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
10. Соревновательные нагрузки
11. Подготовка спортсмена в процессе тренировки.
12. Техническая подготовка спортсмена.
13. Физическая подготовка спортсмена
14. Психологическая подготовка спортсмена
15. Интегральная подготовка спортсмена

### Критерии оценки:

Оценка	Критерии	Примечания
«Отлично»	<p>1. Показывает глубокое и полное знание и понимание всего объёма программного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей;</p> <p>2. Умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, фактами; самостоятельно и аргументировано делать анализ, обобщения, выводы.</p>	
«Хорошо»	<p>Показывает знания всего изученного программного материала. Даёт полный и правильный ответ на основе изученных теорий; незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, определения понятий дал неполные, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений и опытов; материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи преподавателя.</p>	
«Удовлетворительно»	<p>1. Усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;</p> <p>2. Материал излагает несистематизировано, фрагментарно, не всегда последовательно;</p> <p>3. Показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки.</p>	
«Неудовлетворительно»	<p>1. Не усвоил и не раскрыл основное содержание материала;</p> <p>2. Не делает выводов и обобщений.</p> <p>3. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов.</p>	

**ВОПРОСЫ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ**  
**по дисциплине «Теория и история физической культуры и спорта»**

**Билет №1**

Вопрос №1 Что такое физическая культура?

Вопрос №2 Методы, направленные на приобретение знаний.

**Билет №2**

Вопрос №1 Что такое физическое воспитание?

Вопрос №2 Основные направления в развитии спортивного движения

**Билет №3**

Вопрос №1 Перечислите спортивные дисциплины в летних ОИ?

Вопрос №2 Спортивный результат, критерии измерения и оценки.

**Билет №4**

Вопрос №1 Становление и развитие советского спорта?

Вопрос №2 Развитие советской системы физического воспитания

**Билет №5**

Вопрос №1 Социальные функции спорта?

Вопрос №2 Методы спортивной тренировки.

**Билет №6**

Вопрос №1 ФК в буржуазном обществе в странах Европы ?

Вопрос №2 Кто основатель олимпийского движения.

**Билет №7**

Вопрос №1 Летние Олимпийские игры?

Вопрос №2 Понятие о двигательных умениях и навыках.

### **Билет №8**

Вопрос №1 Что такое физическое развитие?

Вопрос №2 Кто был первым олимпийским чемпионом.

### **Билет №9**

Вопрос №1 Классификация видов спорта?

Вопрос №2 Психологическая подготовка спортсмена.

### **Билет №10**

Вопрос №1 Спортивные достижения и тенденции их развития.

Вопрос №2 Спортивное движение в Советском союзе.

### **Билет №11**

Вопрос №1 Что такое система физической культуры?

Вопрос №2 Развитие ФК в России до второй половины 19 века.

### **Билет №12**

Вопрос №1 Спортивный результат, критерии измерения и оценки?

Вопрос №2 Физическая культура и спорт в Российской Федерации.

### **Билет №13**

Вопрос №1 Зарождение ФК у славян?

Вопрос №2 Создание в России современных видов спорта.

### **Билет №14**

Вопрос №1 . П.Ф. Лесгафт как основоположник системы ФВ в России?

Вопрос №2 Цели спортивной тренировки.

### **Билет №15**

Вопрос №1 Зарождение советской системы ФК, система ФК в СССР?

Вопрос №2 Принципы спортивной тренировки.

## **ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ**

### **по дисциплине «Теория и история физической культуры и спорта»**

1. Предмет, значение и задачи курса теории и истории физической культуры. Возникновение физической культуры как специальной сферы общественной деятельности.

2. Физическая культура и спорт в первобытно обществе.

3. Физическая культура в середине века.

4. Физическая культура в первый период новой истории. Становление и развитие педагогических основ буржуазной системы физического воспитания.

5. Физическая культура во второй период новой истории. (Развитие буржуазного спортивно – гимнастического движения).

6. Физическая культура в зарубежных странах в период между первой и второй мировыми войнами.

7. Физическая культура в зарубежных странах после второй мировой войны.

8. Физическая культура у народов нашей страны с древних времен до 18 в. (физические упражнения и игры в быту, военно-физическое воспитание).

9. Физическая культура в России в 18 и первой половине 19 в. (Физическое воспитание в учебных заведениях, военно-физическая подготовка в русской армии, развитие педагогической мысли в области физического воспитания). Физическая культура в России во второй половине 19 – начале 20 в. (учение П.Ф. Лесгафта, И.М. Сеченова, И.П. Павлова).

10. Физическая культура в России с начала 20 в. до Великой Октябрьской Социалистической революции. (Физическое воспитание и спорт в учебных заведениях, развитие теории и методики физического воспитания).

11. Развитие социалистических основ физической культуры в СССР с 1917-1941 г. (преобразование физического воспитания в школах, первые успехи советского физкультурного движения, введение комплекса ГТО, ЕВСК (единая всесоюзная спортивная классификация)).

12. Физическая культура и спорт в годы Великой Отечественной войны 1941 – 1945 г. (военно-физическая подготовка, физкультурная работа в тылу).

13. Восстановление и развитие массового физкультурного движения и рост мастерства Советских спортсменов с 1945-1961 г., развитие науки о физическом воспитании, физическое воспитание и спорт в учебных заведениях, Спартакиада народов СССР, СССР на международной арене).

14. Развитие физической культуры в СССР с 1961-1985 г. (массовые виды физической культуры).

15. Советское физкультурное движение на путях перестройки 1986-1991 г. Физическая культура и спорт с 1991-1995 года.

16. Развитие физической культуры и спорта с 1995-2000 г. (физическое воспитание в школах, выступление российских спортсменов на мировой арене).

17. Средство физического воспитания. Их классификационная характеристика.

18. Физические упражнения как основное и специфическое средство физического воспитания. Понятие физических упражнений, специально организуемых и выполняемых для решения задач физического воспитания. Классификация физических упражнений.



19. Пространственные, временные характеристики отдельных движений. Пространственно - временные и динамические характеристики отдельных движений.

20. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники, фазы движения).

21. Методы физического воспитания. Классификация, взаимосвязь.

22. Характеристика методов слова, особенности их использования при занятиях физическими упражнениями.

23. Методы обеспечения наглядности при занятиях физическими упражнениями.

24. Методы обучения двигательным действиям (целостно - конструктивный, расчленено - конструктивный, сопряженного воздействия).

25. Метод стандартно - непрерывного (равномерного) упражнения, метод стандартно - интервального (повторный) упражнения (назначение, содержание, методические особенности).

26. Метод переменного - непрерывного (переменный) упражнения, метод переменного - интервального (интервальный) упражнения (назначение, содержание, методические особенности).

27. Круговая тренировка как организационно - педагогическая форма занятия (назначение, содержание, методические особенности).

28. Игровой и соревновательный методы, их значение и особенности использования.

29. Принцип сознательности и активности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

30. Принцип наглядности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

31. Принцип доступности и индивидуализации (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

32. Принцип систематичности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

33. Принцип непрерывности процесса занятий физическими упражнениями (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

34. Принцип циклического построения системы занятий (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

35. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения. Способы предупреждения и устранения ошибок.

36. Структура процесса обучения и особенности его этапов.

37. Силовые способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития). Контрольные тесты, определяющие уровень развития силы.

38. Скоростные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития). Контрольные тесты, определяющие уровень развития скоростных способностей.

39. Выносливость (понятие; виды выносливости; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития). Контрольные тесты, определяющие уровень выносливости.

40. Координационные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития). Контрольные тесты, определяющие уровень развития координационных способностей.

41. Гибкость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития). Контрольные тесты, определяющие уровень развития координационных способностей.

42. Значение, задачи физического воспитания детей школьного возраста. Периодизация школьного возраста.

43. Физического воспитания детей младшего школьного возраста. Особенности возрастного развития. Средства и методы физического воспитания детей младшего школьного возраста.

44. Физического воспитания детей среднего школьного возраста. Особенности возрастного развития. Средства и методы физического воспитания детей среднего школьного возраста.

45. Физического воспитания детей старшего школьного возраста. Особенности возрастного развития. Средства и методы физического воспитания детей старшего школьного возраста.

46. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.

47. Определение понятий: «спорт» (в узком и широком понимании), «соревновательная деятельность», «спортивная деятельность», «система подготовки спортсмена», «спортивная тренировка», «соревнования». Виды спорта, социальные функции спорта.

48. Цель, задачи, средства и методы спортивной тренировки.

49. Методы спортивной тренировки.

50. Принципы спортивной тренировки (цикличности, единства общей и специальной физической подготовки, постепенность и предельность в наращивании тренировочных нагрузок, волнообразность динамики нагрузок).

51. Основные стороны спортивной тренировки.

52. Сущность профессионально - прикладной физической подготовки (значение, задачи, средства, методические основы построения).

53. Основные направления оздоровительной физической культуры:

оздоровительно - рекреативное, оздоровительно - реабилитационное, спортивно - реабилитационное, гигиеническое.

54. Средства оздоровительной физической культуры.

### Критерии оценки:

Оценка	Критерии	Примечания
«Отлично»	1. Показывает глубокое и полное знание и понимание всего объёма программного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей; 2. Умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, фактами; самостоятельно и аргументировано делать анализ, обобщения, выводы.	
«Хорошо»	Показывает знания всего изученного программного материала. Даёт полный и правильный ответ на основе изученных теорий; незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала,	

	<p>определения понятий дал неполные, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений и опытов;  материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи преподавателя.</p>	
«Удовлетворительно»	<p>1. Усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;  2. Материал излагает несистематизировано, фрагментарно, не всегда последовательно;  3. Показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки.</p>	
«Неудовлетворительно»	<p>1. Не усвоил и не раскрыл основное содержание материала;  2. Не делает выводов и обобщений.  3. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов.</p>	

## Пакет экзаменатора

### Экзамен (зачет, дифференцированный зачет)

По дисциплине \_\_\_\_\_

(наименование дисциплины)

Специальность (код, наименование, группа, количество студентов)

---

#### Условия проведения зачета:

Место проведения: *кабинет*.

Тип задания: теоретическое.

Перечень заданий: *экзаменационные билеты*.

Количество вариантов задания для экзаменуемого: 1.

Время выполнения задания на одного экзаменуемого. 60 минут.

Оценочный лист

Экзаменационная ведомость

Критерии оценки

Преподаватель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Подпись

Расшифровка подписи

## **Тесты по учебной дисциплине «Теория и история физической культуры и спорта»**

40 вопросов на 60 минут

**Форма тестовых заданий:** задания с выбором одного правильного ответа из предложенных.

**Алгоритм проверки**

- за правильный ответ испытуемый получает

За первые 10 вопросов- 4 балла;

с 11 по 20 -3 балла;

с 21 по 30 -2 балла;

с 31 по 40 - 1 балл.

За неправильный ответ или неуказанный ответ – 0 баллов.

**Критерии оценки:**

50-69 баллов-«3»

70-89 баллов-«4»

90-100 баллов-«5»

### **1. Где возникла наука история физической культуры?**

1. Древняя Индия
- 2. Древняя Греция**
3. Древний Китай
4. Древний Египет

### **2. Чем обусловлено появление физической культуры?**

1. обрядами
2. земледелием
- 3. изобретением метательных орудий**
4. изобретением лука со стрелами

### **3. Где возникла система физического воспитания «йога»?**

1. Китай
2. Египет
3. Месопотамия
- 4. Индия**

**4. Какая страна является родиной Олимпийских игр?**

А. Древний Рим.

**Б. Греция.**

В. Китай.

**5. Каковы причины появления античных Олимпийских игр?**

**А. Олимпийские игры появились как религиозный языческий праздник в честь бога Зевса.**

Б. Олимпийские игры были созданы для демонстрации силы, ловкости и смелости атлетов.

В. Олимпийские игры были созданы для укрепления экономических, политических и культурных связей с другими народами.

**6. Какая дата является точкой отсчета в истории древних Олимпийских игр?**

А. 1896 г.

**Б. 776 г. до н. э.**

В. 520 г. до н. э.

**7. В Древней Греции “Марафон” – это ...**

А. Бег на дистанцию 42,195 м.;

Б. Имя греческого атлета;

**В. Географическое место, где произошло сражение во время греко-персидской войны.**

**8. Какие наиболее популярные виды физических упражнений существовали в средние века?**

**А. Рыцарские турниры, разнообразные игры крестьян и горожан.**

Б. Гладиаторские бои, скачки колесниц.

В. Спортивные соревнования по программе античных Олимпийских игр.

**9. Ян Амос Коменский – это ...**

**А. Чешский педагог, сделавший физическое воспитание частью школьной программы обучения.**

Б. Немецкий рыцарь, славившийся непобедимым на турнирах.

В. Итальянский гуманист, атлет, победитель Римских игр.

**10. Какой вклад в развитие физической культуры внес И.Г. Песталоцци?**

А. Написал книгу “О правилах катания на коньках” (1825 г.).

**Б. Разработал основы суставной гимнастики.**

В. Написал книгу “Элементарная гимнастика”.

Г. Создал основы турнкунста.



**11. Основателями немецкой гимнастики были ...**

- А. Аморос, Демени, Эбер.
- Б. Фитс, Гутс-Мутс, Ян, Шписс.**
- В. Кингсли, Арнольд, Далькроз.

**12. Что лежит в основе английской системы физического воспитания?**

- А. Спортивно-игровой метод.**
- Б. Суставная гимнастика.
- В. Естественно-прикладная гимнастика.

**13. Что включал в себя спортивно-игровой метод обучения?**

- А. Туризм (пикники).
- Б. Преодоление полосы препятствий.
- В. Занятия на снарядах.
- Г. Спорт (плавание, верховая езда, стрельба и др.).**
- Д. Игры (регби, футбол, крикет и др.).

**14. Кто создал первую отечественную систему физического воспитания?**

- А. Е.А. Покровский.
- Б. К.Д. Ушинский.
- В. П.Ф. Лесгафт.**

**15. Как назывался первый советский вуз по физической культуре?**

- 1. институт физического воспитания
- 2. центральный институт физической культуры
- 3. институт физического образования им. Лесгафта**
- 4. университет физического образования

**16. Кто являлся основоположником шведской гимнастики?**

- 1. Людвиг Ян
- 2. Хенрик Линг**
- 3. Мирослав Тырш
- 4. Томас Арнольд

**17. Какое спортивное направление не относится к 17-18 вв.?**

- 1. буржуазно-демократический спорт**
- 2. буржуазно-джентльменский спорт
- 3. аристократический джентльменский спорт
- 4. любительский спорт

**18. Международное спортивное движение возникло в**

- 1. 60-е гг. XVIII века

2. 20-е гг. XX века
3. 20-е гг. XIX века
4. **60-е гг. XIX века**

**19. Кто из российских представителей вошел в первый состав МОК?**

**А. Генерал А.Д. Бутковский**

Б. Преподаватель Петербургского университета, энтузиаст конькобежного спорта и фигурного катания В. И. Срезневский.

В. Ученый, педагог П.Ф. Лесгафт.

**20. Когда впервые на Олимпийских играх выступили спортсмены России?**

А. 1896 г.

Б. 1900 г.

**В. 1908 г.**

**21. Кто из спортсменов России стал первым олимпийским чемпионом?**

А. Борец Г. Гакеншмидт.

**Б. Фигурист Н. Панин-Коломенкин.**

В. Борец М. Клейн.

**22. Сколько олимпийских наград завоевали спортсмены дореволюционной России?**

А. Выступления были настолько неудачными, что российские спортсмены не получили олимпийских наград.

**Б. 1 золотая, 4 серебряные, 2 бронзовые медали.**

В. 46 золотых, 31 серебряная, 31 бронзовая медали.

**23. Как Россия стала готовиться к играм VI Олимпиады 1916 г.?**

**А. В стране стали проходить отборочные соревнования (Российские Олимпиады).**

Б. Стали открываться высшие физкультурные учебные заведения.

В. Стали строиться спортивные сооружения (катки, стадионы).

Г. Шла консолидация общественных и государственных организаций развитию спорта в стране.

**24. Дайте определение термину “Всеобуч”.**

А. Всероссийское общество учащихся.

**Б. Всеобщее военное обучение.**

В. Всеобщее высшее образование.

**25. Когда был создан Всевобуч? Кто его возглавил?**

**А. 1918 г., Н.И. Подвойский.**

Б. 1919 г., В.И. Ленин.

В. 1922 г., Ф.Э. Дзержинский.

**26. Почему Советский Союз не принимал участия в Олимпийских играх после революции 1917 г.?**

А. Не было талантливых спортсменов.

Б. МОК не признавал Советскую Россию.

В. Советский Союз считал Олимпийские игры буржуазными, призывал их бойкотировать и создавать самостоятельное пролетарское спортивное движение.

**Г. Разруха в стране, экономические трудности не позволили Советскому Союзу отправить спортсменов на Олимпийские игры.**

**27. Какое важное событие в спортивной жизни страны произошло в 1928г.?**

А. Чемпионат страны по различным видам спорта.

**Б. Всесоюзная Спартакиада.**

В. Велопробег Москва – Ташкент.

**28. Какую роль в жизни нашей страны сыграл комплекс “Готов к труду и обороне СССР”?**

**А. Способствовал активизации физкультурно-спортивной работы среди населения.**

Б. Повышал патриотический и трудовой энтузиазм советского народа.

В. Был важной мерой в оздоровлении населения.

**29. Что такое ЕВСК? С какого времени существует?**

**А. Это единая всесоюзная спортивная классификация, с 1935 г.**

Б. Это единые высшие спортивные курсы, с 1921 г.

В. Это единый всемирный спортивный клуб, с 1988 г.

**30. К каким последствиям для развития спорта привел распад Советского**

**Союза, политические и экономические реформы 1990-х годов?**

А. К профессионализации и коммерциализации спорта.

Б. Закрытию ДЮСШ, стадионов и др. спортивных сооружений.

В. Оттоку российских спортсменов в зарубежные клубы и страны.

Г. Повышению мастерства российских спортсменов.

Д. созданию более мощной материально-технической базы спорта.

**Е. Повышению финансовой самостоятельности и инициативы спортивных**

**организаций.**

**31. Какие олимпийские игры не были проведены?**

1. IV
2. V
3. VI
4. VII

**32. Первая олимпийская чемпионка СССР**

1. **Н. Пономарева**
2. Л. Латынина
3. Е. Волчецкая
4. Е. Белова

**33. Кто из олимпийцев был удостоен звания “Герой Российской Федерации”?**

- А. Раиса Сметанина.
- Б. Любовь Егорова.
- В. Елена Вяльбе.
- Г. Александр Карелин.
- Д. **Лариса Лазутина.**
- Е. Лидия Скобликова.

**34. Когда и где был создан Международный Олимпийский Комитет?**

- А. **1894 г., Париж.**
- Б. 1896 г., Афины.
- В. 1948 г., Лондон.

**35. Кто был избран первым президентом МОК?**

- А. **Пьер де Кубертен.**
- Б. Деметриус Викелас.
- В. Хуан Антонио Самаранч.

**36. Когда и где состоялись игры I Олимпиады современности?**

- А. 1894 г., Париж.
- Б. **1896 г., Афины.**
- В. 1908 г., Лондон.

**37. Кто стал первым олимпийским чемпионом современности?**

- А. Американский пловец Д. Вейсмюллер, проплывший 100 метров вольным стилем за 59,0 с.
- Б. Индеец из команды США Джим Торп, набравший в десятиборье 8412 очков.
- В. **Студент Гарвардского университета (США) Джеймс Конноли, прыг-**

**нувший тройным на 13 м. 71 см.**

**38. Когда впервые на Олимпийских играх выступили женщины и кто стал**

**первой олимпийской чемпионкой?**

А. 524 г. до н.э., Олимпийские игры (Древняя Греция), Ференика.

**Б. 1900 г., Игры II Олимпиады (Париж), Шарлотта Купер.**

В. 1924 г., I зимние Олимпийские игры (Шамони), Сони Хени.

**39. В каком году СССР вступил в олимпийское движение?**

А. 1913 г.

Б. 1980 г.

**В. 1951 г.**

**40. Кому принадлежит идея о том, чтобы правильно выполнять упражнения, недостаточно уметь сокращать свою мускулатуру, нужно уметь и расслаблять ее, а для наилучшего сокращения мышц их полезно предварительно растянуть (разминка, подготовительная часть урока, утренняя зарядка)?**

А. Ф. Аморосу.

**Б. Ж. Демени.**

В. П. Лингу