

**Спецификация теста
по дисциплине «Физическая культура»
для Оценки знаний педагогов**

- 1. Цель:** Разработка тестовых заданий для Оценки знаний педагогов в ходе аттестации педагогических работников, занимающих должности в организациях образования, реализующих общеобразовательные учебные программы технического и профессионального, послесреднего образования.
- 2. Задача:** Определение соответствия уровня квалификации педагогических работников квалификационным требованиям.
- 3. Содержание теста:** Тест по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для аттестации педагогических работников.

№	Тема	№	Подтема
01	Знания о физической культуре	01	Техника безопасности на занятиях Физическая культура; Физическая культура человека. История развития физкультуры и спорта в Казахстане Физическая культура и спорт в современном обществе.
02	Средства физического воспитания. Легкая атлетика	02	Легкая атлетика. Техника безопасности. Низкий, высокий старты. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Техника финиширования
		03	Техника прыжка в длину с места, прыжка в длину с разбега. Метание гранаты, толкание ядра.
03	Спортивные игры	04	Футбол. Техника безопасности. Перемещение игроков по полю. Основные правила игры. Владение мячом. Индивидуальные действия игроков в нападении и защите. Индивидуальные действия игроков в нападении и защите.
		05	Волейбол. Техника безопасности. Основные правила игры Перемещение игроков. Стойка волейболиста. Передача мяча сверху, снизу. Подача мяча. Прием мяча с подачи. Атакующие действия. Игра в защите. Передачи мяча в движении
		06	Баскетбол. Техника безопасности. Правила игры. Перемещение игроков на площадке. Техника игры в нападении. Перехваты и выбивания мяча. Штрафной бросок.
		07	Гандбол. Техника безопасности. Правила игры. Техника владения мячом. Растановка игроков на площадке.
		08	Настольный теннис. Техника безопасности. Правила игры. Стойка и передвижение. Подачи и премы.
04	Гимнастика	09	Гимнастика. Техника безопасности. Виды гимнастики. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Прикладные упражнения. Акробатические упражнения.

		10	Упражнения на гимнастических снарядах. Элементы ритмической, производственной, атлетической, оздоровительной гимнастики.
05	Национальные виды спорта	11	Тогыз кумалак. Техника безопасности. Правила игры. Технито-тактические действия нападения,защиты. Элементы национальных игр в подвижных играх.
06	Зимние виды спорта	12	Лыжный спорт. Техника безопасности. Одновременный двухшажный коньковый, полуконьковый ход. Коньковый ход без отталкивания руками. Попеременный коньковый ход. Конькобежный спорт. Техника безопасности. Основные методы катания. Конькобежный спорт. Катание задним ходом. Катание по виражу.
07	Плавание	13	Техника безопасности. Специальные упражнения для пловцов на суше. Сухое плавание, постановка техники плавания. Вращение корпуса и дыхание. Скольжение и баланс. Стили плавания. Стили плавания. Кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй.
Контекстные задани (текст,таблица,графика,статистические данные, рисунки и.т.д)			

4. Содержание дисциплины:

Знания о физической культуре. Техника безопасности на занятиях Физическая культура; Физическая культура человека, История развития физкультуры и спорта в Казахстане, Физическая культура и спорт в современном обществе.

Средства физического воспитания. Легкая атлетика. Техника безопасности. Бег на короткие дистанции. Низкий, высокий старт. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Техника финиширования. Техника прыжка в длину с места, прыжка в длину с разбега. Метание гранаты, Толкание ядра.

Спортивные игры .Футбол. Техника безопасности Перемещение игроков по полю ности. Основные правила игры. Владение мячом. Индивидуальные действия игроков в нападении и защите. Индивидуальные действия игроков в нападении и защите.

Волейбол. Техника безопасности. Основные правила игры Перемещение игроков. Стойка волейболиста. Передача мяча сверху, снизу. Подача мяча. Прием мяча с подачи. Атакующие действия. Игра в защите. Передачи мяча в движении.

Баскетбол. Техника безопасности. Правила игры. Перемещение игроков на площадке. Техника игры в нападении. Перехваты и выбивания мяча. Штрафной бросок.

Гандбол. Техника безопасности. Правила игры. Техника владения мячом. Растановка игроков на площадке.

Настольный теннис. Техника безопасности. Правила игры. Стойка и передвижение.Подачи и премы.

Гимнастика. Гимнастика. Техника безопасности. Виды гимнастики. Строевые упражнения. О Упражнения на гимнастических снарядах. Элементы ритмической, производственной. атлетической, оздоровительной гимнастики бщеразвивающие упражнения. Прикладные упражнения. Акробатические упражнения.

Национальные виды спорта. Тогыз кумалак. Техника безопасности. Правила игры. Технито-тактические действия нападения,защиты. Техника безопасности. Правила игры. Элементы национальных игр в подвижных играх

Зимние виды спорта. Лыжный спорт. Техника безопасности. Одновременный двухшажный коньковый, полуконьковый ход. Коньковый ход без отталкивания руками. Попеременный коньковый ход.

Конькобежный спорт. Техника безопасности. Основные методы катания. Конькобежный спорт. Катание задним ходом. Катание повиражу.

Плавание. Техника безопасности. Специальные упражнения для пловцов на суше. Сухое плавание, постановка техники плавания. Постановка техники плавания. Вращение корпуса и дыхание. Скольжение и баланс. Стили плавания. Стили плавания. Кроль груди, на спине, брасс, финальный заплыв 50м в свободном стиле.

5. Трудность тестовых заданий в одном варианте теста: Тест состоит из 3-х уровней трудности: базовый уровень (А) – 25 %, средний уровень (В) – 50 %, высокий уровень (С) – 25 %.

Базовый уровень трудности характеризует воспроизведение простых знаний и навыков, позволяет провести оценки минимального уровня подготовленности обучающегося, выполнение простых действия с помощью определённых указаний, использование простых аргументов и естественнонаучных понятий.

Средний уровень трудности характеризует правильное воспроизведение основных знаний и навыков, распознавание простых моделей в новых ситуациях, умение анализировать, сравнивать, обобщать и систематизировать данные, использовать аргументы, обобщать информацию и формулировать выводы.

Высокий уровень трудности характеризует воспроизведение более сложных знаний и навыков, распознавание более сложных моделей заданий, интегрирование знаний, умений и навыков, анализ сложной информации или данных, проводить рассуждение, обосновывать и формулировать выводы, направлено на разграничение фактов и их последствий, определение значимости представленных фактов.

6. Форма тестовых заданий: Тестовые задания закрытой формы с одним правильным ответом.

7. Время выполнения тестовых заданий:

Продолжительность выполнения одного задания – в среднем 1-1,5 минуты.

8. Оценка:

При аттестации учитывается суммарный балл тестирования.

Для заданий с выбором одного варианта правильного ответа присуждается 1 балл, в остальных случаях – 0 баллов.

9. Рекомендуемая литература:

1. Легкая атлетика. А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. Издательский центр «Академия», 2003
2. Ю.Тулугалиев Физическая культура Алматы «Жазушы» 2006;
3. Г. В. Грецов, С. Е. Войнова, А. А. Германова Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика Москва: Издательский центр «Академия», 2014;
4. Ю.Тулугалиев Физическая культура Алматы 2006;
5. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова Спортивные игры. Техника. Тактика. Методика обучения. Москва 2004;
6. Официальные волейбольные правила РК. ФВРК.2012. Алматы
7. Игнатьева В.Я., Портнов Ю.М. Гандбол: учебник для физкультурных вузов. 1996 г.
8. Физическая культура : учебник / Л. В. Захарова, Н. В. Люлина, М. Д. Кудрявцев [и др.]. – Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2017.
9. Гимнастика и методика преподавания. Под ред В.М. Смолевского. 1987г.
10. Лыжный спорт с методикой преподавания. Таранова. Алматы.2016
11. Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. — М.: Физкультура и спорт, 2001
12. Г.Барчукова «Настольный теннис» Москва 1990г.;
13. Н.К.Меньшикова Гимнастика с методикой преподавания Москва 1990г.;
14. Т.М.Лебедихина Гимнастика: теория и методика преподавания. Екатеринбург 2017г.;
15. М.Шотаев Тоғызқұмалақ негіздері Астана 2017г.;

16. Бочкарева С.И. Физическая культура: учебно-методический комплекс М.: Изд. Центр ЕАОИ
17. Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — 2-е изд., стер. — М.: КНОРУС, 2016
18. Лях В. И. Физическая культура. 2012
19. Л.Ф.Осадченко Конькобежный спорт и методика преподавания Москва 2002г.;
20. Н.Ж.Булгакова Плавание Москва 1984;
21. С.Касымбекова, С.Тайжанов, Физическое воспитание, Алматы 2002г.;
22. Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов, Теория и методика физической культуры, Москва 2003;
23. Л.П.Матвеев, Теория и методика физической культуры, Москва 1991г.;
24. Правила игры. Футбол 2024-2025г. The International Football Association Board..
25. М.Таникеев, Казахские национальные виды спорта и игры. Алма-Ата, 1957г;
26. Н.К.Меньшиков, М.Л.Журанин, Н.Д.Скрябин Гимнастика с методикой преподавания Москва 1990г.;
27. А.К.Кульназаров. Физическая культура: учебное пособие для самостоятельной работы учащихся 16-18 лет общеобразовательной школы. Издательство «полиграфия Олимп» 2012г.;
28. Сабыржанов Ж.С., Нарымбаев Е.Б. Асык правила игры. Астана 2011г.