

**Спецификация теста по предмету «Физические культура»  
для Оценки знаний педагогов  
(Для использования с 2025 года)**

- 1. Цель:** Разработка тестовых заданий для Оценки знаний педагогов в ходе аттестации педагогов, занимающих должности в организациях образования, реализующих общеобразовательные учебные программы начального, основного среднего и общего среднего образования.
- 2. Задача:** Определить соответствие уровня знаний педагогов квалификационным требованиям.
- 3. Содержание:** Включены учебные материалы по предмету «Физическая культура» в соответствии с учебной программой.

№	Тема	№	Подтема	Цели обучения
<b>I раздел. Двигательная деятельность</b>				
01	Обучение навыкам бега, прыжкам и метаний/Легкая атлетика	1	Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции; метания; прыжка в высоту; прыжков в длину с места и с разбега. (сложность - А)	Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий.
02	Укрепление организма через гимнастику/ Гимнастика	2	Строевые упражнения.	Комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении двигательных действий.
		3	Техника выполнения акробатических элементов	Создавать и применять комбинации движений и их последовательность в различных видах физических упражнений
			Техника выполнений упражнений на гимнастических снарядах.(сложность - С)	Комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении двигательных действий
03	Плавание	04	Технические и тактические действия при плавании. (сложность - В)	Развивать навыки преодоления трудностей и реагирования на трудности и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью.
04	Лыжная подготовка	05	Технические действия при ходьбе на лыжах.	Комбинировать навыки и последовательность

			(сложность - В)	движений при выполнении двигательных действий
05	Улучшение навыков посредством игр/Спортивные игры. Футбол	06	Правила игры в футбол. Индивидуальные технические действия. (сложность - А)	Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий.
06	Улучшение навыков посредством игр/Спортивные игры. Баскетбол	07	Правила игры в баскетбол. Индивидуальные технические действия. (сложность - А)	Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий.
07	Улучшение навыков посредством игр/Спортивные игры. Волейбол	08	Волейбол. Правила игры. Индивидуальные технические действия. (сложность - А).	Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий.
08	Улучшение навыков посредством игр/Спортивные игры. Ручной мяч	09	Правила игры в ручной мяч. Индивидуальные технические действия. (сложность - В).	Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий.
09	Казахские национальные и интеллектуальные игры/Подвижные и национальные игры	10	Классификация подвижных игр	Оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных навыков
		11	Классификация казахских национальных игр	Оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных навыков
<b>II раздел. Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки</b>				
10	Подвижные игры и учебные игры	12	Тактические действия в нападении и в защите в спортивных играх(сложность - В)	Исполнение ролей, обусловленных различными контекстами движений и осознание их различий. Адаптировать приобретенные знания, связанные с движением для реагирования на

				изменяющиеся обстоятельства.
11	Президентские тесты и тесты ОФП	13	Определение уровня общефизической подготовленности (сложность - А)	Оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных навыков
<b>III раздел. Здоровье и ЗОЖ</b>				
12	Теоретические сведения.	14	Физическая культура. Эстетическая и оздоровительная функции физической культуры. (сложность - А)	Формировать знания о личном здоровье и ЗОЖ.
13	Техника безопасности на уроках физкультуры	15	Профилактика травматизма на уроках физической культуры, Гигиенические и организационные основы уроков физкультуры. (сложность - А)	Разрабатывать и проводить подходящие для видов деятельности разминки и техники восстановления.
14	Общие физические упражнения	16	Воспитание основных физических качеств(сложность-В). Основные элементы фитнеса. (сложность - С)	Изучать и испытывать на практике упражнения различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма.
Контекстные задания (текст, таблица, графика, статистические данные, картина и т.д.).				

#### 4. Характеристика содержания задания:

##### I раздел. Двигательная деятельность .

**Обучение навыкам бега, прыжкам и метаний/Легкая атлетика** Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции; метания; прыжка в высоту; прыжков в длину с места и с разбега

**Укрепление организма через гимнастику/Гимнастика.** Строевые упражнения. Акробатика: Технические приемы акробатических элементов. Упражнения на гимнастических снарядах: техника выполнения опорного прыжка, техника выполнения упражнений в висах и упорах (перекладина, брус). Лазание по канату, упражнения в равновесии (бревно).

**Плавание:** Технические и тактические действия при плавании

**Лыжная подготовка:** Технические действия при ходьбе на лыжах

**Улучшение навыков посредством игр/Спортивные игры.** Футбол, баскетбол, волейбол, гандбол: правила игры, специальные физические упражнения, индивидуальные технические приемы.

**Казахские национальные и интеллектуальные игры/Подвижные и национальные игры:** Классификация казахских национальных игр организация и проведение. Правила и содержание игр: техника и тактика.

**II раздел. Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки.**

**Подвижные игры и учебные игры.** Развитие основных двигательных навыков: опорно-двигательный аппарат, управление телом и объектом. Тактические действия в нападении и в защите в спортивных играх.

**Президентские тесты и тесты ОФП.** Определение уровня общефизической подготовленности.

### **III раздел. Здоровье и ЗОЖ**

**Теоретические сведения:** Физическая культура.

Эстетическая и оздоровительная функции физической культуры. Правила техники безопасности на уроках физической культуры по разделам учебной программы.

**Техника безопасности на уроках физкультуры:** Профилактика травматизма на уроках физической культуры. Гигиенические и организационные основы уроков физкультуры.

**Общие физические упражнения:** Воспитание основных физических качеств (сложность - В). Фитнес. (сложность - С)

**5. Трудность тестовых заданий в одном варианте теста.** тест состоит из 3-х уровней трудности: базовый уровень (А) – 26 %, средний уровень (В) – 60 %, высокий уровень (С) – 14 %.

**Базовый уровень (А)** трудности характеризует:

А) воспроизведение простых знаний и навыков, позволяет провести оценки минимального уровня подготовленности тестируемого, выполнение простых действия с помощью определённых указаний, использование простых аргументов и естественнонаучных понятий.

Б) наличие и общедоступность казахстанских учебников, методических пособий.

**Средний уровень (В)** трудности характеризует:

А) 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.

Б) наличие и общедоступность казахстанских учебных пособий, доступность рекомендуемых электронных учебных пособий стран ближнего зарубежья.

**Высокий уровень (С)** трудности характеризует:

А) 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.

Б) наличие и общедоступность казахстанских учебных пособий, доступность

рекомендуемых электронных учебных пособий стран ближнего зарубежья; доступность рекомендуемых учебных пособий общепринятых мировых стандартов.

**6. Форма тестовых заданий:** Тестовые задания закрытой формы с выбором одного правильного ответа.

**7. Время выполнения тестовых заданий:** Продолжительность выполнения одного задания в среднем 1,5 – 2 минуты.

### **8. Оценка:**

При аттестации учитывается суммарный балл тестирования.

Для заданий с выбором одного правильного ответа из четырех предложенных вариантов присуждается 1 балл, в остальных случаях 0 баллов.

### **9. Рекомендуемая литература**

1. Гимнастика Учебник.2002. М.Л.Журавин, Н.К.Меньшикова.
2. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам. Учебное пособие. Лютинец С.И. Порубов Г.Н. Боброва Е.А. 2019 г.
3. Основы легкой атлетики. Практическое пособие.2019 г. Н.А.Гончар,Н.В.Селиверстова,Н.В.Швайликова
4. Теория и методика фитнес- тренировки. Учебник персонального тренера. Д.Г.Калашников.
5. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебник. 2011 г.Ж.К.Холодов,В.С.Кузнецов
6. Теория и методика Футбола. Учебник. 2007. К.И.Адамабеков
7. Спортивные игры. Учебник. 2001г. Ю.Д.Железняк.Ю.М.Портнова.
8. Плавание. Учебник. 2001г. Н.Ж.Булгакова
9. Лыжный спорт. Учебное пособие.2005г. Т.И.Раменская,А.Г.Баталов, И.М.Бутин
10. Тогызкумалак.2015г. Учебное пособие.
11. Асыки и лянга. Учебное пособие. 2005г.Аманжолов Урал.
12. Асык ойын ержесы. Методическое пособие. 2011г. Ж.С.Сабыржанов,Е.Б.Нарымбаев, А.К.Кургамбеков.
13. Тесты Первого президента-Лидера нации от 21.04.2017г. за №109