

**Спецификация теста по дисциплине «Физическая культура»  
для Национального квалификационного тестирования**

**1. Цель:** Разработка тестовых заданий для Национального квалификационного тестирования в ходе аттестации педагогов, занимающих должности в организациях образования, реализующих образовательные программы технического и профессионального, послесреднего образования.

**2. Задача:** Определение соответствия уровня квалификации педагогов квалификационным требованиям.

**3. Содержание:** Тест по общеобразовательной дисциплине «Физическая культура» для аттестации педагогов.

№	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.
		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
04	Гимнастика	08	Настольный теннис. Техника безопасности. Правила игры. Стойка и передвижение. Подачи и премы
		09	Гимнастика. Техника безопасности. Виды гимнастики. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Прикладные упражнения. Акробатические упражнения
04	Гимнастика	10	Упражнения на гимнастических снарядах. Элементы ритмической, производственной, атлетической, оздоровительной гимнастики
		11	Тогызкумалак. Техника безопасности. Правила игры. Техничко-тактические действия нападения,защиты. Элементы национальных игр в подвижных играх
05	Национальные виды спорта	11	Тогызкумалак. Техника безопасности. Правила игры. Техничко-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, на спине, брасс, финальный заплыв 50 м в свободном стиле
Контекстные задания (текст, таблица, графика, статистические данные, картина и т.д.).			

#### 4. Характеристика содержания заданий:

**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. Техничко-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 и с одним или несколькими правильными ответами.

#### **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 варианта правильного ответа присуждается 1 балл, в остальных случаях 0 баллов.

Для заданий с выбором нескольких правильных вариантов ответа из нескольких предложенных: за все правильные ответы получает – 2 балла,

- за одну допущенную ошибку – 1 балл,

- за допущенные 2 и более ошибки – 0 баллов.

#### **9. Рекомендуемая литература:**

1. А.Н.Макаров, П.З.Сирис, В.П.Теннов Легкая атлетика, Москва 1990;
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. В.П.Губа, А.В.Лексаков Теория и методика футбола Москва 2013;
5. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова Спортивные игры. Техника. Тактика. Методика обучения. Москва 2004;
6. Д.Ковалев Спортивные игры Москва 1988;
7. Н.Н. Подковырова, Е.Г. Иванова Подвижные игры в системе обучения баскетболу Алматы;
8. Ю.Телеугалиев Физическая культура Алматы 2006;
9. Н.П.Клусов Ручной мяч в школе Москва 1986;
10. Г.В.Барчукова Теория и методика настольного тенниса Москва 2006;
11. Правила вида спорта «Настольный теннис» Российская Федерация от 14 января 2020г.;
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. В.Чундеров, Ж.Мусин Сокровище древних мудрецов Алматы 2001г.;
17. В.Д.Евстратова, Г.Б. Чукардина, Б.И.Сергеева Лыжный спорт Москва 1989г.;
18. Б.А.Стенин Конькобежный спорт Москва 1990г.;
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. Т.И.Осокина, Физическая культура в детском саду, Москва, 1986г.;
25. Л.В. Былеев, И.М. Кортоков, Подвижные игры, 1982г.;
26. М.Таникеев, Казахские национальные виды спорта и игры. Алма-Ата, 1957г;
27. Н.К.Меньшиков, М.Л.Журагин, Н.Д.Скрябин Гимнастика с методикой преподавания Москва 1990г.
28. <https://ru.wikipedia.org/>
29. <https://tengrinews.kz/allsports/olga-ryipakova-igryi-v-tokio>