

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан ФФК  
В.Г. Шилько

Оценочные материалы по дисциплине

Основы ВФСК ГТО

по направлению подготовки

**49.03.01 Физическая культура**

Направленность (профиль) подготовки:  
**Технологии спортивной подготовки**

Форма обучения  
**Очная**

Квалификация  
**Бакалавр**

Год приема  
**2024**

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель ОПОП  
Т.А. Шилько

Председатель УМК  
Ю.А. Карвунис

Томск – 2024

## 1. Компетенции и индикаторы их достижения, проверяемые данными оценочными материалами

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, физической и технической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Результатами освоения дисциплины являются следующие индикаторы достижения компетенций:

ИОПК 9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.

ИОПК 9.2 Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся

## 2. Этапы формирования компетенций и виды оценочных средств

№	Этапы формирования компетенций (разделы дисциплины/модуля/практики)	Код и наименование результатов обучения	Вид оценочного средства (тесты, задания, кейсы, вопросы и др.)
1.	Тема 1. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации на современном этапе.	ИОПК 9.1	Тест, задание
2	Тема 2. Возрождение комплекса «ГТО». Цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.	ИОПК 9.1	Тест, задание
3	Тема 3. Содержание и структура Комплекса ГТО. Центры и места тестирования населения, организация работы.	ИОПК 9.1 ИОПК 9.2	Тест, задание
4	Тема 4. Основные нормативно-правовые акты регламентирующие внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».	ИОПК 9.1	Тест, задание
5	Тема 5. Порядок организации судейства массовых мероприятий. Обязанности и порядок работы и членов главной судейской коллегии и судейских бригад по видам.	ИОПК 9.1 ИОПК 9.2	Тест, задание
6	Тема 6. Организация и методика приема испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».	ИОПК 9.1 ИОПК 9.2	Тест, задание
7	Тема 7. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при	ИОПК 9.2	Тест, задание

	выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).		
8	Тема 8. Порядок регистрации участников и допуска к тестированию.	ИОПК 9.2	Тест, задание
9	Тема 9. Оценка правильности выполнения испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Заполнение, обработка и хранение протоколов выполнения испытаний ВФСК ГТО.	ИОПК 9.2	Тест, задание
10	Тема 10. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по плаванию.	ИОПК 9.2	Тест, задание
11	Тема 11. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по легкой атлетике.	ИОПК 9.2	Тест, задание
12	Тема 12. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по силовой гимнастике.	ИОПК 9.2	Тест, задание
13	Тема 13. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по лыжным гонкам.	ИОПК 9.2	Тест, задание
14	Тема 14. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по стрельбе.	ИОПК 9.2	Тест, задание

### 3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения

#### 3.1. Типовые задания для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине/модулю/практике (тесты, задания, задачи, деловые игры и др.).

##### Задания (кейсы) по темам 6, 10-14.

*Индикаторы компетенций, на формирование которых направлены задания:*

ИОПК 9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся;

ИОПК 9.2 Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.

**ЗАДАНИЕ** Составить перечень методических рекомендаций для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО. Обязательно:

- 1) выбрать 3 возрастные ступени, для которых разработаны рекомендации;
- 2) выбрать упражнения для каждой из групп;
- 3) расписать необходимые физические качества, которые необходимы для выполнения выбранных нормативов;

4) подробно расписать рекомендации для подготовки к ВФСК ГТО выбранных ступеней, указать в них последовательность подготовки к каждому нормативу, упражнения, периодичность занятий и т.д.

#### КРИТЕРИАЛЬНАЯ МАТРИЦА ОЦЕНИВАНИЯ

Критерий	Зачтено	Требуется доработка	Не зачтено
Содержание проекта	Кейс разработан грамотно, учтены все требования кейса.	Проект разработан с ошибками, учтено 75% требований кейса.	Проект разработан с грубыми ошибками, учтено 50% требований.

**ЗАДАНИЕ** Разработать проект «Летнего Фестиваля ВФСК ГТО». В проекте обязательно указать: сроки проведения Фестиваля (конкретные даты, место проведения), порядок проведения нормативов (уточнить причину выбора), состав судейских бригад, необходимое материальное обеспечение (оборудование, спортивные площадки и т.д.), а также составить положение Фестиваля.

Критерий	Зачтено	Требуется доработка	Не зачтено
Содержание проекта	Проект разработан грамотно, каждый пункт в задании был отражен в проекте.	Проект разработан с ошибками, выполнено 70% требований кейса.	Проект разработан с грубыми ошибками, не учтены требования кейса.

**3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике (содержащие комплект экзаменационных вопросов и заданий для экзамена и др.)**

##### Экзаменационные вопросы по дисциплине «Основы ВФСК ГТО»

1. Основные руководящие документы, регламентирующие реализацию ВФСК ГТО.
2. Цель и задачи ВФСК ГТО
3. Основные понятия и принципы реализации ВФСК ГТО
4. Этапы внедрения ВФСК ГТО.
5. Предпосылки и историю зарождения комплекса ГТО.
6. Первый комплекс ГТО и его развитие в 1929-1938 годах.
7. Комплекс ГТО в предвоенные годы и во время ВОВ (1939-1945г.г.)
8. Развитие комплекса ГТО в послевоенные годы (1946-1991 г.г.)
9. Возрождение комплекса ГТО в современной России (2007-2014 г.г.)
10. Роль ВФСК ГТО в жизнь населения страны для физического воспитания и оздоровления нации в современное время.
11. Ступени ВФСК ГТО.
12. Виды нормативов испытаний (тестов) для школьников.
13. Виды нормативов испытаний (тестов) для мужчин разных возрастных категорий.
14. Виды нормативов испытаний (тестов) для женщин разных возрастных категорий.
15. Назовите ступени, входящие в комплекс ГТО, по какому признаку они разделяются, какие требования включают в себя, чем подтверждается успешная сдача норм комплекса.

16. Какие испытания (тесты) обязательные испытания (тесты), а какие испытания по выбору.
17. Опишите порядок подготовки к сдаче и непосредственной сдаче норм комплекса ГТО.
18. Какие меры поощрения могут стимулировать добровольное участие в движении по сдаче норм комплекса ГТО.
19. Какие обязательные испытания (тесты) ВФСК ГТО для мужчин.
20. Какие обязательные испытания (тесты) ВФСК ГТО для женщин.
21. Каков алгоритм подготовки к тестированию и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.
22. Какие условия допуска должен выполнить участник к прохождению тестирования комплекса ГТО.
23. В каких случаях участник не допускается к прохождению тестирования комплекса ГТО.
24. В какой последовательности осуществляется тестирование, позволяющее определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков комплекса ГТО.
25. Какие задачи решаются в подготовительной и основной частях тренировочных занятий в процессе подготовки к сдаче норм комплекса ГТО.
26. Назовите основные средства восстановления, применяемые в процессе подготовки к сдаче норм комплекса ГТО, и раскройте их содержание.
27. Раскройте значение реализации программы комплекса ГТО в системе вузов.
28. Каков порядок проведения тестирования комплекса ГТО для школьников и студентов сузов и вузов.
29. Какое значение имеет сдача комплекса ГТО для школьников, студентов и работников различных сфер.
30. Какой порядок награждения нагрудным знаком ГТО.
31. Роль комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся школ.
32. Кто может и в течении скольких дней разрешено выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО в рамках одной возрастной ступени.
33. Что такое центр тестирования комплекса ГТО и его задачи и функции.
34. На основании чего создаются центры тестирования комплекса ГТО и чем они должны быть оснащены.
35. На основании каких документов и в какие сроки разрешено перевыполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО.
36. Каким образом и где регистрируются и сохраняются данные о выполнении испытаний комплекса ГТО.
37. Звание и разряд до золотого знака отличия и где можно узнать какой свой знак отличия.
38. Какие бывают спортивные звания и спортивные разряды и в чем их отличие.
39. В какие сроки после выполнения и где можно посмотреть результаты выполнения испытаний Комплекса ГТО и сроки получения знака и сертификата.
40. Каков порядок организации мероприятий и судейство ВФСК ГТО.
41. Какие требования выдвигаются к спортивным судьям мероприятий ВФСК ГТО.
42. Каков состав главной судейской коллегии мероприятий ВФСК ГТО.

43. Какой составы и порядок формирования судейских бригад.
44. Какие функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад на физкультурно-спортивных мероприятиях ВФСК ГТО.
45. Каким образом происходит финансовое обеспечение деятельности спортивных судей.
46. Каков список рекомендуемого оборудования и инвентаря, используемого для проведения мероприятий ВФСК ГТО.
47. В какой последовательности производится сдача испытаний комплекса ГТО и чем это обусловлено.
48. Вспомогательные службы ГСК и их роль в мероприятиях ВФСК ГТО.
49. На основании какого документа и кем утверждается организация судейства и главной судейской коллегии.
50. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО в легкой атлетике.
51. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по гимнастике.
52. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по спортивной стрельбе.
53. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по лыжному спорту.
54. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по плаванию.
55. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по туризму.
56. Медицинское обеспечение соревнований. Подведение итогов соревнований.

#### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения**

4.1. Методические материалы для оценки текущего контроля успеваемости по дисциплине/модулю/практике.

##### 1. Оценка теста

Работа позволяет оценить остаточные знания по пройденным темам дисциплины. Список тем контрольных работ:

Тема 1. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации на современном этапе.
Тема 2. Возрождение комплекса «ГТО». Цели и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.
Тема 3. Содержание и структура Комплекса ГТО. Центры и места тестирования населения, организация работы.
Тема 4. Основные нормативно-правовые акты регламентирующие внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».
Тема 5. Порядок организации судейства массовых мероприятий. Обязанности и порядок работы и членов главной судейской коллегии и судейских бригад по видам.
Тема 6. Организация и методика приема испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
Тема 7. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Тема 8. Порядок регистрации участников и допуска к тестированию.
Тема 9. Оценка правильности выполнения испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Заполнение, обработка и хранение протоколов выполнения испытаний ВФСК ГТО.
Тема 10. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по плаванию.
Тема 11. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по легкой атлетике.
Тема 12. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по силовой гимнастике.
Тема 13. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по лыжным гонкам.
Тема 14. Методика подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО по стрельбе.

Критерии оценивания работы:

За полный правильный ответ на вопрос теста – 1 балл

Ответ неполный – 0,5 балла

Ответа нет или ответ неверный – 0 балла

Каждый тест включает в себя по 10 вопросов.

4.2. Методические материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Результаты экзамена определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

**Оценка «отлично»** ставится, если обучающийся при ответе на вопросы билета продемонстрировал владение на высоком уровне учебным материалом в рамках содержащихся в билете вопросов, корректное использование педагогической терминологии. Ответ обучающегося отличала полнота, конкретность и внутренняя логика.

**Оценка «хорошо»** ставится, если обучающийся при ответе на вопросы билета продемонстрировал твердое владение учебным материалом в рамках вопросов билета. При этом при ответе студент допустил некоторые неточности, не имеющие принципиального характера, которые обучающийся смог исправить после соответствующих замечаний преподавателя, или незначительно была нарушена внутренняя логика ответа.

**Оценка «удовлетворительно»** выставляется, если при ответе на вопросы билета студент продемонстрировал общее понимание и владение учебным материалом, но допустил незначительное количество ошибок или, если были выявлены незначительные пробелы в знаниях основных вопросов программы. Вместе с тем студент оказался неспособен ответить на дополнительные вопросы экзаменатора, продемонстрировал недостаточное знакомство с основной и дополнительной литературой. Структура ответа не соответствовала требованию логичности изложения.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если обучающийся при ответе на вопросы билета продемонстрировал незнание или непонимание учебного материала, неспособность ответить на дополнительные вопросы преподавателя. Также оценка «неудовлетворительно» ставится в случае нарушения обучающимся процедуры экзамена.

### Информация о разработчиках

Загородникова Дарья Михайловна, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта.