Приложение 2

**Критерии собеседования в дистанционной форме**

1. Ответы при собеседовании оцениваются по 15-бальной шкале. Критерии оценивания результатов собеседования:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Критерии оценивания** | **Количество баллов** |
| 1 | Владение общей терминологией | 0- 5 баллов |
| 2 | Степень владения излагаемым материалом, точность ответа на дополнительные вопросы комиссии | 0-5 баллов |
| 3 | Полнота раскрытия вопроса | 0-5 баллов |

Вопросы к собеседованию

1. Понятие о физической культуре личности, ее основные характеристики.

2. Понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».

3. Изменения в состоянии организма человека при воздействии физической нагрузки.

4. Правила техники безопасности и предупреждение травматизма на занятиях физической культурой.

5. Понятие о физических упражнениях, их классификация.

6. Формы занятий физическими упражнениями.

7. Структура урока по физической культуре и его содержание.

8. Физического воспитания в семье.

9. Понятие о физической нагрузке, способы контроля во время занятий по физической культуре.

10. Понятие утомления, его внешние и внутренние признаки.

11. Понятие о функциональных пробах.

12. Организация режима дня школьника.

13. Виды спортивно-массовых соревнований.

14. Основные пункты положения о соревновании, обязанности главного судьи и секретаря соревнований.

15. Понятие о телосложении, характеристика основных типов. Примеры основных систем физических упражнений, влияющих на телосложение.

16. Олимпийское движение в России.

17. Современное Олимпийское движение.

18. Олимпийские игры Древней Греции.

19. Раскройте содержание понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие», «спорт».

20. Характеристика правильной осанки. Меры профилактики нарушения осанки.

21. Основные принципы рационального питания.

22. Определение и характеристика основных физических качеств.

23. Средства и методы повышения уровня здоровья, современные здоровьесберегающие технологии.

24. Влияние физических упражнений на дыхательную и сердечно- сосудистую системы организма человека.

25. Выдающиеся спортсмены Хабаровского края.