

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФБГОУ ВО «ЛГПУ»)**

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра олимпийского и профессионального спорта



УТВЕРЖДАЮ

Директор Института физического
воспитания и спорта

Губарев А.А.

«20» января 2025 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине**

«Общая теория спорта»

По направлению подготовки – 49.03.04 «Спорт»

Профиль подготовки – Спортивная подготовка в избранном виде спорта,
тренерско-преподавательская деятельность

Квалификация выпускника – Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения – очная, заочная

Курс: ОФО – 1 (1 семестр), ЗФО – 1 (1 триместр)

Разработчик

ст. преподаватель, канд.пед.наук

Попелухина С.В.

И.о. заведующего кафедрой олимпийского
и профессионального спорта, канд.пед.наук

«14» 01 2025 г., протокол № 8
Павлова Н.А.

Луганск, 2025

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1 Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины (модуля) «Основы медицинских знаний и спортивная медицина» предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины (модуля).

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриата по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, профиль подготовки «Спортивная подготовка в избранном виде спорта, тренерско-преподавательская деятельность», утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25.09.2019 № 886 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональными стандартами, утвержденными Приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 22 сентября 2021 г. N 652н, от 24 декабря 2020 г. N 952н.

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения:

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений
Общепрофессиональные	
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК – 1.1 Знает положения теории физической культуры и спорта, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки; ОПК – 1.2 способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования; ОПК – 1.3 владеет технологиями планирования содержания занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования...
Профессиональные	
ПК-5 Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных	ПК – 5.1. знает особенности проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта; ПК – 5.2. способен составлять программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации; ПК – 5.3. владеет методикой организации и проведения тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации.

мероприятиях	
--------------	--

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Введение в теорию спорта. Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе	ОПК - 1 ПК - 5	Устный опрос Практическое задание
Общая характеристика системы подготовки спортсмена. Основные закономерности и принципы подготовки спортсмена.	ОПК - 1 ПК - 5	Устный опрос Практическое задание и его защита
Система спортивной тренировки. Основные стороны подготовки спортсмена.	ОПК - 1 ПК - 5	Устный опрос Практическое задание и его защита
Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсменов	ОПК - 1 ПК - 5	Устный опрос Практическое задание и его защита
Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	ОПК - 1 ПК - 5	Подготовка мультимедийной презентации. Устный опрос Практическое задание
Роль тренера в современном спорте. Пути повышения тренерского мастерства.	ОПК - 1 ПК - 5	Устный опрос Практическое задание и его защита

1.3. Описание показателей формирования компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений
Общепрофессиональные	
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<p>Знает положения теории физической культуры и спорта, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки;</p> <p>Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования;</p> <p>Владеет технологиями планирования содержания занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>

Профессиональные	
<p>ПК-5</p> <p>Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях</p>	<p>Знает особенности проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>Умеет составлять программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации;</p> <p>Владеет методикой организации и проведения тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации.</p>

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах формирования

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
Теоретическая часть (включающая тестирование)	40
Практическая часть (микро выступления, презентации)	30
Зачет	30
Всего.	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено,	

		некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА.

2.1. Оценочные средства текущего контроля.

Вопросы для устного опроса:

1. Назовите основные этапы становления и развития теории и методики спорта.
2. Расскажите об организации подготовки спортсменов в нашей стране.
3. Основные программно-нормативные документы, регламентирующие деятельность спортивных школ?
4. Роль соревнований в подготовке спортсменов?
5. Особенности реализации принципов подготовки спортсменов.
6. Роль всесторонней физической подготовки в тренировочном процессе спортсменов?
7. Характеристика и возрастные особенности развития двигательных качеств?
8. Условия повышения эффективности тренировочного процесса?
9. Дозирование тренировочной нагрузки на различных этапах подготовки спортсменов?
10. Как с возрастом изменяются морфологические параметры организма школьников?
11. Влияние тренировочной нагрузки на организм детей и подростков?
12. Как Вы понимаете значение термина «физиологически обоснованные нагрузки»?

13. Назовите факторы, обуславливающие периодизацию тренировочного процесса.
14. Что такое тренировочный цикл?
15. Структура и содержание тренировочного микроцикла.
16. Многолетнее планирование тренировочного процесса?
17. Характеристика и задачи педагогического контроля?
18. Требования к организации педагогического контроля?
19. Функциональные пробы для определения адаптации организма к тренировочной нагрузке?
20. Тесты для определения общей тренированности.
21. Тесты для определения специальной тренированности.
22. Режим и питание спортсмена (состав пищи, питьевой режим)
23. Роль тренера в современном спорте.
24. Содержание системы многолетней спортивной подготовки.
25. Организация учебно-тренировочного процесса. Фазы становления спортивной формы. Периоды учебно-тренировочного года.
26. Современные требования к профессиональной деятельности тренера (характеристика педагогических способностей).
27. Содержание средств и методов нравственного воспитания юных спортсменов в разные возрастные периоды
28. Определение уровня биологического и физического развития юного спортсмена (дифференциация на группы в соответствии с уровнем физического развития).
29. Средства и методы воспитания физических способностей.
30. Возрастные особенности тренировочных нагрузок для развития силы и скоростно-силовых способностей.
31. Методика определения соматического развития при спортивном отборе.
32. Типологические особенности нервной системы и их влияние на спортивные способности.
33. Влияние соматических особенностей индивида на проявление спортивных способностей.
34. Типы высшей нервной деятельности и их значение в процессе занятий спортом.
35. Педагогическое наблюдение как метод оперативного контроля в процессе спортивной подготовки. Методические правила, используемые для проведения педагогического наблюдения. Виды и программа педагогических наблюдений.
36. Цели, задачи психологической регуляции в процессе спортивной подготовки. Виды психорегуляции, их воздействие на организм человека.
37. Методы восстановления и повышения работоспособности юных спортсменов: закаливание организма (средства и методы закаливания).
38. Соревновательная деятельность как главный фактор спортивной подготовки (возрастные группы, деятельность тренера).
39. Формы и методика проведения тестирования спортивной подготовленности. Требования, предъявляемые к разработке и использованию тестов.

40. Закономерности, правила и принципы обучения в системе спортивной подготовки.

Тесты для контроля качества усвоения учебного материала

1.Спорт (в широком понимании) — это:

1. вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;
2. собственно, соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
3. специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;
4. педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

2.Укажите конечную цель спорта:

1. физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности;
2. совершенствование двигательных умений и навыков, занимающихся;
3. выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей;
4. развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

3.Вид спорта — это:

1. конкретное предметное соревновательное упражнение;
2. специализированная соревновательная деятельность, в которой два или больше соперников стремятся победить друг друга при условии судейского контроля;
3. специальная спортивная дисциплина, призванная глубоко проникать в суть явлений физического воспитания, всесторонне раскрывать его закономерности;
4. исторически сложившийся в ходе развития спорта вид соревновательной деятельности, сформировавшийся как самостоятельная ее составляющая.

4. В теории спорта классификация видов спорта на шесть групп составлена на основе:

1. структурной сложности двигательных действий;
2. требований конкретного вида спорта к проявлению физических (двигательных) способностей;
3. особенностей предмета состязаний и характера двигательной активности;
4. принадлежности конкретного вида спорта к той или иной зоне мощности, в рамках которой преимущественно выполняется соревновательное действие.

5.Число видов и разновидностей спорта весьма велико и продолжает увеличиваться. По характеру соревновательной деятельности их можно

сгруппировать в пять типологических групп. Отметьте ту группу, которая не отображает особенности соревновательной деятельности...?

1. виды спорта с высокоактивной двигательной деятельностью, достижения в которых зависят от физических качеств и психофизиологической активности спортсмена
2. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых составляют действия спортсмена в поражении специальных мишеней из специального стрелкового оружия
3. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых составляют действия спортсмена по управлению техническими средствами перемещения
4. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой результатов модельно-конструкторской деятельности человека
5. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой результатов абстрактно-логического обыгрывания соперника
6. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с материальным вознаграждением.

6. Спортивная тренировка — это:

1. повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
2. планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;
3. собственно, соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
4. упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.

7. Деятельность, специфической формой которой является система состязаний, исторически сложившаяся преимущественно в области физической культуры общества как специальная сфера выявления и унифицированного сравнения человеческих возможностей, называется?

1. научно-методической деятельностью
2. проектно-конструктивной деятельностью
3. соревновательной деятельностью
4. тренировочной деятельностью
5. технологической и модельной деятельностью
6. ни один из ответов не дает правильного представления

8. В своем современном виде собственно соревновательная деятельность имеет ряд специфических особенностей. Ниже приведен ряд ответов, отображающих некоторые из них. Какой из ответов не характеризует черты соревновательной деятельности...?

1. организация деятельности на основе системы соревнований с последовательным возрастанием конкуренции и требований к достижениям.
2. унификация состава действий, посредством которых ведется состязание, условий их выполнения и способов оценки достижений, что закрепляется официальными правилами в качестве общих норм состязаний.
3. регламентация поведения соревнующихся в соответствии с принципами неантагонистической конкуренции, которые имеют гуманную основу
4. допускается в состязательной деятельности физическое давление одного из соперников с полным телесным контактом и нанесением удушающих приемов, как это принято в боях без правил, вплоть до полного уничтожения

9. Современная типология соревнований включает многие их виды и разновидности. Принято считать, что официальный характер соревнования приобретает в том случае, если оно характеризуется всеми признаками собственно соревновательной деятельности. Отметьте те положения, которые неважны для такой интерпретации статуса соревнований...?

1. включено в официальный спортивный календарь
2. организуется согласно официальному положению о соревнованиях
3. проводится в соответствии с правилами соревнований
4. обеспечивается квалифицированным спортивным арбитражем
5. обязательное наличие спортивной атрибутики, зрителей, болельщиков, телевидения, массовых средств коммуникации

10. Следует различать «спортивный результат» и «спортивное достижение». В чем состоит различие в этих понятиях...?

1. спортивный результат показывается в соревнованиях, спортивное достижение присваивается;
2. спортивный результат следует рассматривать как первостепенную цель спортивной деятельности, спортивное достижение является вторичной целью спортивной деятельности;
3. спортивный результат представляет собой показатель реализации спортивных возможностей спортсмена, спортивное достижение не зависит от индивидуальной одаренности спортсмена;
4. в спортивном достижении всегда можно выделить наличный спортивный результат, однако не всякому спортивному результату может соответствовать спортивное достижение, а лишь превосходящему предыдущий результат
5. спортивный результат зависит от материально-технических условий соревновательной деятельности, климатических факторов и естественно-средовых факторов, а спортивное достижение не зависит от перечисленных факторов

11. Укажите основную специфическую функцию спорта ...?

1. соревновательная функция, когда соревнование направлено на определение иерархии мест соперников, в частности, определение победителя
2. эталонная функция спорта связана с оценкой резервных возможностей человеческого организма, реализованных в рекордах, спортивных достижениях, спортивных результатах
3. эвристическая функция спорта проявляется в творческой, поисковой деятельности, приводящей к фиксации новых знаний о спортивных рекордах, спортивных достижениях
4. спорт как средство разностороннего развития, воспитания, подготовки к жизненной практике
5. оздоровительно-рекреативная функция проявляется в том, что спорт является одной из популярнейших форм организации здорового досуга, активного отдыха и развлечения
6. эстетическая функция утверждает спорт как зрелище, когда возрастает воздействия на эмоциональный мир человека.

12. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в видах спорта, характеризующихся активной двигательной деятельностью, являются:

1. восстановительные средства (парная баня, массаж, гидропроцедуры);
2. продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;
3. физические упражнения;
4. мобилизующие, коррегирующие (поправляющие), релаксирующие средства.

13. В спортивной тренировке под термином метод следует понимать:

1. наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса;
2. способ применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
3. исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса;
4. конкретные указания тренеру о том, как нужно поступить в типичной педагогической ситуации.

14. Укажите пункты Положения о соревнованиях. Какой из ниже перечисленных пунктов не является обязательным в структуре Положения...?

1. цели и задачи соревнований
2. сроки и место проведения соревнований
3. руководство проведением соревнований
4. требования к участвующим организациям, участникам соревнований и условия проведения
5. условия подведения итогов
6. условия финансирования
7. все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях

15. Ниже приводится классификация соревнований по ведомственной принадлежности спортсменов. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...?

1. профсоюзные
2. армейские
3. коллективов физической культуры
4. соревнования с параллельным зачетом

16. Ниже приводится классификация соревнований по особенностям системы зачета в соревновательной деятельности. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...?

1. личные
2. командные
3. лично-командные
4. отборочные

17. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

1. наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;
2. способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
3. внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
4. путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

18. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется:

1. физическим совершенством;
2. спортивной тренировкой;
3. физической подготовкой;
4. нагрузкой.

19. Средствами технической подготовки спортсмена являются:

1. обще подготовительные упражнения;
2. специально подготовительные упражнения;
3. соревновательные упражнения;
4. общеподготовительные, специально подготовительные и соревновательные упражнения.

20. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

1. втягивающий, базовый, восстановительный;
2. подготовительный, соревновательный, переходный;
3. тренировочный и соревновательный;
4. осенний, зимний, весенний, летний.

21. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

1. максимальный фонд двигательных умений и навыков;
2. наивысший уровень развития физических качеств;
3. здоровье спортсмена;
4. наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

22. Возрастной период, наиболее чувствительный для воздействий, характеризующийся оптимальными возможностями для ускоренного развития какой-либо стороны психики или психомоторики (памяти, мышления, двигательных навыков, физических качеств и др.), а также обучения и воспитания, называется:

1. дошкольным;
2. школьным;
3. сенситивным;
4. базовым.

23. Укажите, как называются тренировочные циклы (в зависимости от масштаба времени), на основе которых строится процесс спортивной подготовки:

1. тренировочные, соревновательные, восстановительные;
2. микроциклы, мезоциклы, макроциклы;
3. оперативные, текущие, этапные циклы;
4. подготовительные, основные, соревновательные.

2.3 Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачет)

- 1 Определение основных понятий теории спорта и технологии подготовки спортсмена.
- 2 Структура современного спортивного движения в мире. Общедоступный спорт, спорт высших достижений. Их различия, разновидности и особенности.
- 3 Особенности и тенденции развития спорта на современном этапе. Научно-технические проблемы, актуальные в аспекте последних Олимпийских игр (зимних и летних).
- 4 Государственные системы подготовки спортивных резервов; условия их функционирования.
5. Научно-технический прогресс и развитие спорта (научно-исследовательские аспекты, разработка нового спортивного оборудования, экипировки, инвентаря и т.д.).
6. Особенности женского спорта. Соотношение результатов женщин и мужчин; причины и факторы их различий.
- 7 Профессионализация и коммерциализация спорта высших достижений. Положительные и отрицательные последствия этих тенденций (методические, этические, экономические).
- 8 Факторы, обеспечивающие развитие спортивных достижений в современном мире.

- 9 Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность; их характеристика и различия.
- 10 Количественные и качественные показатели системы соревнований: общекомандной и индивидуальной; их различия и варианты структуры, системы соревнований в разных видах спорта.
- 11 Динамика количественных и качественных показателей системы соревнований на разных этапах спортивного совершенствования и в разных видах спорта.
- 12 Взаимосвязи коммерческих и строго официальных соревнований в спорте высших достижений.
- 13 Требования к общему (командному) и индивидуальному календарю соревнований.
- 14 Характеристика теоретико-методических принципов подготовки спортсмена.
- 15 Систематизация средств и методов подготовки спортсменов.
- 16 Понятие системного подхода и управления, применительно к системе подготовки спортсменов.
- 17 Основы системы управления в подготовке спортсменов (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный контроль, принятие решения).
- 18 Методы прогнозирования спортивной подготовки и требования к постановке цели.
- 19 Методы моделирования в спорте, типы моделей; модели соревновательной деятельности и структурных элементов подготовки в разных циклах спортивной деятельности.
- 20 Принципы программирования (детализированного планирования) системы соревнований, тренировки и дополнительных факторов (экзофакторов) спортивной подготовки.
- 21 Классификационные подходы к систематизации тренировочных нагрузок, направленных на повышение работоспособности (зоны мощности, интенсивности).
- 21 Классификация нагрузок силовой направленности.
- 22 Технология совершенствования технической и тактической подготовки спортсменов.
- 23 Новые технологии совершенствования физической подготовленности спортсменов (особенно по показателям силовых, скоростных способностей и выносливости, гибкости и двигательного-координационных способностей).
- 24 Понятия о комплексных целевых программах подготовки спортсменов и команд.
- 25 Технология построения подготовки в четырёхлетних циклах для молодых, зрелых спортсменов и ветеранов.
- 26 Варианты технологии построения подготовки в годичных и околোগодичных циклах в различных группах видов спорта (циклических и скоростно-силовых, сложно-координационных, единоборствах и играх).
- 27 Технология построения тренировки по её этапам, мезоциклам и микроциклам различной целевой направленности.

- 28 Технология построения непосредственной предсоревновательной подготовки к главному старту.
- 29 Особенности построения тренировки, с учетом женских ОМЦ.
- 30 Классические и нетрадиционные структуры построения годовых циклов в отдельных видах спорта.
- 31 Влияние различных экологических факторов на эффективность системы подготовки спортсменов (климат, питание, водная среда, магнитные поля и др.).
- 32 Методика использования горных условий в спортивной подготовке в различных группах видов спорта.
- 33 Особенности технологии спортивной тренировки в фазе акклиматизации к горному климату.
- 34 Особенности технологий тренировки в фазе реакклиматизации в привычных условиях.
- 35 Особенности технологии спортивной тренировки в условиях измененного часового пояса.
- 36 Особенности технологии спортивной тренировки в условиях жаркого климата.
- 37 Особенности технологии спортивной тренировки в условиях холодного климата.
- 38 Организационно-методические основы детского юношеского спорта в Российской Федерации.
- 39 Стадии и этапы многолетней подготовки юных спортсменов.
- 40 Проблема учета биологического возраста и сенситивных периодов в системе многолетней спортивной подготовки.
- 41 Возрастные особенности воспитания двигательных (особенно двигательнo-координационных) способностей юных спортсменов.
- 42 Тенденции нормирования тренировочных и соревновательных нагрузок на различных этапах многолетней подготовки.
- 43 Особенности профессионализации в воспитании спортсменов.
- 44 Понятие «спортивная ориентация» и «спортивный отбор»; их различия.
- 45 Этапы спортивной ориентации и отбора в процессе многолетней подготовки.
- 46 Основные критерии диагностики спортивной предрасположенности индивида (морфометрические, биофункциональные, психометрические, личностные и спортивно-интегративные); их использование на разных стадиях спортивной ориентации и отбора.
- 47 Методы комплексной оценки тестов, используемых в системе спортивной ориентации и отбора.