

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

**Институт физического воспитания и спорта
Кафедра олимпийского и профессионального спорта**



УТВЕРЖДАЮ

Директор Института физического
воспитания и спорта

Чорноштан А.Г.

2024 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине

Спорт и система подготовки высококвалифицированных спортсменов

По направлению подготовки: 49.04.03 Спорт

Магистерская программа: «Спорт»

Квалификация выпускника: Магистр

Форма обучения: очная, заочная

Курс: ОФО – 2 курс (3 семестр), ЗФО – 2 курс (4 триместр)

Разработчик:

доцент кафедры

олимпийского и профессионального спорта

Павлова Н.А.

Заведующий кафедрой олимпийского
и профессионального спорта

Пилавов П.А.

«05» 01 2024 г., протокол № 8

Луганск, 2024

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины (модуля) «Современные методы и формы восстановления в спорте высших достижений» и 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 магистратура по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 № 947 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».

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

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения: *общепрофессиональных компетенций* (ОПК-3 – способен проводить групповые и индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности); *профессиональных компетенций* (ПК-3 – способностью и готовностью использовать современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов высокого класса и оценивать эффективность их применения; ПК-5 – способностью и готовностью применять индивидуальный подход учебно-тренировочной и соревновательной деятельности).

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Раздел 1. Общая характеристика спорта. Тема 1. Место и роль учебной дисциплины в системе профессиональной подготовки тренера-преподавателя. Цели, задачи и структура учебной дисциплины Основные понятия, относящиеся к спорту. Сущность и функции	ОПК-3 ПК-3 ПК-5	Устный опрос Практическое задание

<p>спорта. Типы и виды спорта. Спортивные достижения и тенденции их развития. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте. Спортивная тренировка – главный компонент спортивной подготовки. Характеристика факторов вне тренировочного воздействия.</p> <p>Тема 2. Общие положения, значение и виды соревнований. Способы проведения соревнований. Требования к системе соревнований (календари). Значение и содержание соревновательной деятельности. Закономерности соревновательной деятельности: предстартовая фаза, собственно-состязательная фаза, фаза последствия и их характеристика. Моделирование соревновательной деятельности. Содержание моделей соревновательной деятельности в разных видах спорта.</p>		
<p>Раздел 2. Система спортивной тренировки.</p> <p>Тема 3. Спортивная тренировка – основа спортивной подготовки. Цель, задачи и принципы спортивной тренировки. Роль тренировки в подготовке спортсменов. Средства и методы спортивной тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Принципы спортивной тренировки. Понятие об эффекте тренировочных воздействий. Место в системе спортивной подготовки гигиенических, медико-биологических, физиологических и естественно-средовых факторов. Система отбора и спортивной ориентации. Система соревнований. Система спортивной тренировки. Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнования и системы тренировки.</p> <p>Тема 4. Содержание спортивной тренировки. Физическая подготовка. Совершенствование силовых, скоростных, координационных способностей, выносливости и гибкости спортсменов. Техническая и тактическая подготовка</p>	ОПК-3 ПК-3 ПК-5	Устный опрос Практическое задание
<p>Раздел 3. Построение процесса спортивной тренировки.</p> <p>Тема 5. Структура спортивной тренировки. Структура отдельных тренировочных занятий и микроциклов тренировки. Разновидности оборудования и инвентаря для занятий, особенности их эксплуатации и требования к ним. Структура средних циклов (мезоциклов) тренировки. Структура больших (макроциклов) циклов тренировки. Структура многолетней подготовки.</p> <p>Тема 6. Планирование и контроль спортивной тренировки. Виды планирования, требования и документы планирования. Методика составления документов планирования. Комплексный контроль как единство педагогического (тренировочного) врачебного, научного контроля и самоконтроля спортсмена. Учет в процессе спортивной тренировки в избранном виде спорта. Спортивный отбор в процессе многолетней тренировки.</p>	ОПК-3 ПК-3 ПК-5	Устный опрос Практическое задание
Промежуточная аттестация	ОПК-3 ПК-3 ПК-5	Экзамен (тестирование)

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-3	способен проводить групповые и индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности	<p>Знает: градации и ведущую классификацию упражнений как средств подготовки спортсмена; оправданные величины тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки; концепцию структуры спортивно-тренировочного процесса; специфику средств и методов подготовки, обусловленную возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями спортсменов; современные методики спортивной тренировки; методики обеспечения роста технического и тактического мастерства, функциональной и психологической подготовленности в спорте высших достижений; методики обеспечения роста интеллектуальной подготовленности в области теории и методики спорта; технологии принятия решений о состоянии спортсмена; особенности построения тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды; современные методики мотивации и премирования сотрудников в междисциплинарной команде; типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.</p> <p>Умеет: использовать групповые формы принятия решений; анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд; выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных; проводить тренировки в рамках структуры годичного цикла на основе комплексной программы подготовки; моделировать соревновательную деятельность спортсмена с учетом технической, тактической, функциональной и психической подготовленности; обучать спортсменов приемам и методам тренировок для достижения спортивного результата; объяснять вопросы организации и внедрения новейших методических подходов в области спорта высших достижений устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов; координировать работу персонала в междисциплинарной команде</p>

		<p>по реализации средних и долгосрочных комплексных программ подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд; определять наиболее эффективные способы использования персонала по направлениям деятельности в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд; определять наиболее эффективные способы использования материальных ресурсов; использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта Луганской Народной Республики, мастера спорта международного класса.</p> <p>Владеет: навыками проведения различных видов тренировочных занятий (фрагментов) по ИВС с квалифицированными спортсменами; проведение тренировочных занятий с занимающимися, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося.</p>
Профессиональные		
ПК-3	способностью и готовностью использовать современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов высокого класса и оценивать эффективность их применения	<p>Знает современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов высокого класса и критерии оценки эффективности подготовки; методы планирования тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле;</p> <p>Умеет анализировать эффективность спортивной подготовки спортсменов спортивной сборной команды;</p> <p>Владеет навыками ставить цели, определять задачи специалистам спортивной сборной команды исходя из стратегии подготовки спортивной сборной команды, добиваться их исполнения</p>
ПК-5	способностью и готовностью применять индивидуальный подход учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	<p>Знает актуальную тематику проектных и исследовательских работ обучающихся по программам бакалавриата в области физической культуры и спорта.</p> <p>Умеет осуществлять планирование и организацию научно-исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Владеет методиками выполнения основных этапов исследовательских работ.</p>

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах формирования

Вид текущей учебной работы (3 семестр, 5-6 триместр)	Количество баллов
Зачет	30
Работа на семинарских занятиях	40
Подготовка к устным докладам (мини-выступлениям)	15
Самостоятельная работа	15
Итого за семестр:	100

Вид текущей учебной работы (4 семестр, 7 триместр)	Количество баллов
Экзамен	30
Работа на семинарских занятиях	40
Подготовка к защите реферата	15
Самостоятельная работа	15
Итого за семестр:	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбал- льная система оценивания экзамена	100- балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оцени- вания 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	D – 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	E – 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. Типовые контрольные задания и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

2.1. Типичная практическая работа

Тема 1. Спортивные достижения: социальная значимость и тенденции развития избранного вида спорта (6 часов)

1. Сущность соревновательной деятельности и особенности ее реализации в сфере спорта
2. Современные подходы к классификации соревновательной деятельности
3. Спортивные достижения и спортивные результаты, критерии их оценки
4. Ценностный потенциал спортивных достижений
5. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений
6. Тенденции развития спортивных достижений

Тема 2. Обобщённая модель системы подготовки спортсмена в избранном виде спорта (6 часа)

1. Понятия: система, структура.
2. Обобщенная модель системы подготовки спортсмена высокого класса.
3. Цели и задачи в системе подготовки.
4. Условия подготовки спортсмена высокой квалификации: учеба, работа, быт; гигиенический режим; одежда, обувь, инвентарь; место занятий; медико-биологическое и психологическое обеспечение.
5. Виды подготовки: технико-тактическая; физическая; функциональная; теоретическая; морально-волевая; интегральная.

Тема 3. Факторы, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности (2 часа).

1. Характерные особенности современного этапа развития спорта высших достижений
2. Основные направления совершенствования организации подготовки высококвалифицированных спортсменов: социальное развитие общества; организация спорта, традиции; роль государства и политических структур в управлении спортивным движением; роль спонсорской поддержки экономическими структурами; роль образования; роль спортивной науки; роль материально-технического обеспечения; роль средств массовой информации.

Тема 4. Современные средства и методы спортивной тренировки, тренировочные и соревновательные нагрузки (2 часа).

1. Основные закономерности формирования двигательной подготовленности в спорте.
2. Современные средства и методы развития физических качеств.
3. Современные средства и методы совершенствования технической подготовленности.
4. Динамика тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.

Тема 5. Современные технологии подготовки спортсменов высокой квалификации (6 часа).

1. Современные средства и методики физической подготовленности.
2. Технологии технико-тактической подготовленности.
3. Средства и методы формирования функциональных систем спортсменов высокой квалификации.
4. Обеспечение психологической готовности.
5. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий со спортсменами ВК.
6. Организация и методика двух и трёх разовых занятий в один день, типы централизованных сборов, комплексное обеспечение централизованных сборов.
7. Современная система спортивных школ и подготовка спортивного резерва.

Тема 6. Половой диморфизм (гендерные особенности) в спорте высших достижений (4 часа)

1. Понятие «половой диморфизм»: развитие и формирование организма мужчины и женщины.
2. Сравнительные морфофункциональные и личностные возможности мужчин и женщин с позиций полового диморфизма и задач спорта.
3. Специфика видов спорта и функциональные возможности мужчин и женщин – спортсменов высокого класса.
4. Гендерные различия в спорте высших достижений.

Тема 7. Использование естественных и искусственно управляемых условий внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности (4 часа)

1. Факторы, обуславливающие необходимость варьирования внешних условий выполнения упражнений в подготовке спортсменов
2. Эффективность использования естественных внешнесредовых факторов в подготовке спортсменов: спортивная тренировка в горных условиях; спортивная тренировка в условиях жаркого климата; адаптация организма спортсменов к временно-поясным условиям.
3. Основные направления использования средств «искусственной управляющей среды» для повышения эффективности подготовки спортсменов.

Тема 8. Модель сильнейшего спортсмена в избранном виде спорта (2 часа)

1. Основные понятия и принципы построения модели.
2. Основные (ведущие) компоненты модельных характеристик в избранном виде спорта: здоровье; физическое развитие; физическая подготовленность; технико-тактическая подготовленность; психоэмоциональные особенности и свойства личности; функциональная подготовленность; возраст, спортивный стаж; целевые перспективно-прогностические модели будущей соревновательной деятельности.
3. Вариативность моделей: соревновательная деятельность: победитель, призёр, финалист, рекордсмен, эталон, условия; тренировочная деятельность.

Тема 9. Основы построения многолетней спортивной тренировки в избранном виде спорта (2 часа)

1. Понятия: система, структура.
2. Обобщенная модель системы подготовки спортсмена высокого класса.
3. Цели и задачи в системе подготовки.
4. Построение многолетней спортивной тренировки в избранном виде спорта.

Тема 10. Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства (4 часа)

1. Управление подготовкой на этапе высших спортивных достижений в избранном виде спорта.
2. Модель системы управления процессом совершенствования спортивного мастерства.
3. Особенности спортивного отбора в группы высшего спортивного мастерства.
4. Контроль тренировочной и соревновательной деятельности.
5. Современные подходы к моделированию и прогнозированию достижений спортсменов высокой квалификации.
6. Прогнозирование роста спортивного мастерства и результатов соревновательной деятельности.

Тема 11. Основные проблемы и направления научных исследований в спорте высших достижений в избранном виде спорта (6 часов).

1. Современное состояние и основные проблемы в спорте высших достижений в избранном виде спорта
2. Основные направления научных исследований соревновательной деятельности спортсменов

3. Основные направления научных исследований технико-тактической подготовленности спортсменов
4. Основные направления научных исследований психологической подготовленности спортсменов
5. Основные направления научных исследований в подготовке спортивного резерва для сборных команд
6. Основные направления научных исследований в процессе многолетней подготовки спортсменов
7. Основные направления научных исследований в управлении процессом подготовки спортсменов

Тема 12. Составление методически обоснованных рекомендаций для тренеров и спортсменов спортивных сборных команд по виду спорта (4 часа)

1. Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта
2. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации
3. Требования к структуре и содержанию Программы спортивной подготовки по избранному виду спорта

ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Темы рефератов (на выбор 3 темы)

1. Актуальные проблемы воспитания и состояние воспитания в сфере физической культуры и спорта.
2. Валеологическое воспитание как новое направление в физкультурно-спортивном воспитании.
3. Взаимодействие спортивной школы (клуба, секции) и родителей занимающихся. Принципы, направления, формы взаимодействия.
4. Воспитательная работа с инвалидами в сфере физической культуры и спорта.
5. Воспитательные возможности коллектива. Особенности спортивного детско-юношеского коллектива. Технология и принципы работы с коллективом.
6. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.
7. Воспитательные возможности средств массовой информации, литературы и искусства в пропаганде занятий физической культурой и спортом.
8. Воспитательный потенциал спортивного соревнования.
9. Выдающийся тренер, его вклад в педагогику спорта.
10. Детско-юношеские спортивные школы как система спортивного образования.

11. Инклюзивное образование в сфере физической культуры и спорта.
12. История возникновения и развития педагогики спорта в России и за рубежом.
13. Личностно-профессиональная готовность к работе с детьми.
14. Материалы для самоконтроля
15. Медико-педагогические подходы к организации физического воспитания.
16. Методы воспитания, их классификация. Специфика воспитательного воздействия в работе с занимающимися физической культурой и спортом.
17. Направления и формы самообразования и самовоспитания. Работа над педагогической техникой и имиджем преподавателя по физической культуре.
18. Нравственно-волевое воспитание в педагогическом процессе физической культуры и спорта.
19. Образовательные программы и федеральные государственные образовательные стандарты. Учебный план. Учебные программы.
20. Образовательные учреждения физкультурно-спортивной направленности: отечественный и зарубежный опыт.
21. Общедидактические принципы в педагогике физической культуры и спорта. Примеры их реализации в учебно-тренировочном процессе.
22. Общение в спортивно-педагогическом взаимодействии, его задачи, принципы.
23. Организация внеклассных спортивных мероприятий в средней школе.
24. Особенности воспитательного процесса в сфере физической культуры и спорта. Принципы воспитания. Примеры их реализации в педагогическом процессе физической культуры и спорта.
25. Особенности педагогики спорта высших достижений.
26. Особенности педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Социальный статус и престиж работы преподавателя физической культуры и спорта, тренера в современных условиях.
27. Особенности физкультурно-спортивной деятельности, ее влияние на развитие личности. Воспитательный потенциал занятий физической культурой.
28. Педагогическая диагностика детско-юношеского коллектива.
29. Педагогическая культура специалиста по физической культуре и спорту.
30. Педагогический авторитет преподавателя физической культуры, тренера.
31. Педагогический контроль в учебном процессе физической культуры и спорта, его структура. Функции контроля. Виды и методы контроля. Педагогические требования к контролю и оценке. Инновации в организации педагогического контроля.

32. Педагогический менеджмент в сфере физической культуры и спорта.

33. Педагогическое управление самовоспитанием.

34. Планирование учебно-тренировочного процесса. План-конспект учебно-тренировочного занятия (урока физической культуры).

35. Понятие о методах и приемах педагогического процесса. Методы обучения в педагогическом процессе физической культуры и спорта. Классификация методов обучения.

36. Понятие о педагогических инновациях и технологиях в сфере физической культуры и спорта.

37. Понятие о формах организации педагогического процесса. Формы организации учебного процесса в сфере физической культуры и спорта, их характеристика.

38. Предмет исследования и задачи педагогики физической культуры и спорта. Связь с другими науками.

39. Причины и содержание педагогических конфликтов с занимающимися разного возраста. Разрешение конфликтной ситуации.

40. Профессионально-педагогическая компетентность специалиста по физической культуре и спорту. Педагогические умения и способности.

41. Современные педагогические технологии в обучении физической культуре.

42. Современные педагогические технологии в сфере физической культуры и спорта.

43. Современные проблемы физического воспитания и пути их решения.

44. Содержание и структура учебно-тренировочного процесса. Этапы овладения двигательным действием в процессе обучения. Этапы учебно-тренировочного процесса.

45. Содержание образования в области физической культуры и спорта. Структурные единицы содержания образования.

46. Составляющие педагогического мастерства учителя физической культуры, тренера по виду спорта.

47. Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива.

48. Специфика педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта. Виды педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта, их характеристика.

49. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.

50. Спортивный коллектив как субъект педагогического взаимодействия.

51. Управление спортивной школой. Организационная структура управления. Функции управления. Методическая работа и повышение квалификации специалистов в спортивных школах.

52. Учреждения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, их виды, задачи. Особенности организации педагогического процесса в детско-юношеской спортивной школе.

53. Физическая культура и спорт как средство предупреждения и коррекции девиантного поведения подростков.

54. Физическая культура и спорт как средство формирования эстетической культуры личности.

55. Физическая культура и спорт как явления общественной жизни.

56. Физкультурно-спортивная направленность личности специалиста по физической культуре и спорту как составная часть его педагогической направленности.

57. Формирование ценностей и идеалов олимпийского движения как средства нравственного воспитания.

58. Характеристика одной из технологий обучения, применяемых на занятиях по физической культуре.

59. Целеполагание, планирование, организация и анализ воспитательной работы в детско-юношеском коллективе. Структура перспективного плана воспитательной работы.

60. Цели и задачи воспитания в сфере физической культуры и спорта. Краткая характеристика направлений содержания воспитания.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Адаптированная образовательная программа –

Вид программы –

Вид спорта –

Военно-прикладные и служебно-прикладные виды спорта –

Воспитание –

Государственные образовательные стандарты –

Деятельность педагогическая –

Знание –

Качество образования –

Квалификация –

Коллектив –

Личность –

Массовый спорт –

Национальные виды спорта –

Общероссийская спортивная федерация –

Образование –

Образовательный стандарт –

Обучение –

Объекты спорта –

Организатор физкультурного мероприятия или спортивного мероприятия –

Официальные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия –

*Педагогика физической культуры и спорта –
Педагогика –
Подготовка спортивного резерва –
Практика –
Принципы педагогические –
Профессиональный спорт –
Социализация –
Средства обучения и воспитания –
Спорт –
Спорт высших достижений –
Спортивная дисциплина –
Спортивная федерация –
Спортивное соревнование –
Спортивные мероприятия –
Спортсмен –
Спортсмен высокого класса
Тренер –
Урок –
Учебный план –
Физическое воспитание –
Физическая культура –
Физическая подготовка –
Физическая реабилитация –
Физкультурные мероприятия –*

**Примерные вопросы для прохождения промежуточной аттестации (зачет)
для магистрантов 2 курса, направления «Спорт»,
профиль «Спорт высших достижений и система подготовки спортсмена»**

1. Система воздействий, применяемых для формирования и совершенствования необходимых для спортсмена таких качеств, как целеустремленность, решительность, смелость, настойчивость и т.д., такая подготовка называется:

2. На основе комплексного контроля можно правильно оценить эффективность:

3. Уровень совершенствования двигательных навыков – это результат:

4. Совокупность двигательных действий, которые являются средством ведения спортивной борьбы и выполняются по возможности в соответствии с правилами состязаний по избранному виду спорта – это:

5. Метод, который характеризуется выполнением упражнения со сравнительно одинаковой интенсивностью в продолжение всего занятия, называется:

6. Под технической подготовкой следует понимать:

7. Основными показателями способности спортсмена к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях в избранном виде спорта является:

8. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям спортсмена, называется:

9. Подготовка, которая направлена на обучение спортсмена технике движений и доведение их до совершенства, называется:

10. Подготовка, которая направлена на овладение разнообразными двигательными умениями и навыками, необходимыми в спортивной деятельности, называется;

11. В режимах непрерывной и интервальной работы в процессе спортивной тренировки используется:

12. Педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности называется:

13. Разностороннее развитие физических качеств, функциональных возможностей и систем организма спортсмена, слаженности их проявления в процессе мышечной деятельности, называется:

14. Наилучшие результаты показываются спортсменом в состоянии:

15. Задачи и мотивы соревнования определяются:

16. В ходе специальной психологической подготовки спортсмен формирует:

17. По своему характеру нагрузки, применяющиеся в спорте, подразделяются на:

18. Система управления совершенствования спортсмена – это:

19. Психодиагностика должна включаться в систему спортивной деятельности на:

20. Метод, который характеризуется чередованием интенсивности усилий, называется:

21. Увеличение функциональных возможностей организма в процессе спортивной тренировки зависит:

22. В зависимости от этапов подготовки тактические упражнения в ходе спортивной подготовки могут быть использованы:

23. Формированием и совершенствованием свойств личности и психических состояний, которыми обусловлена успешность и стабильность выступлений, определяется направленность:

24. Отношение к нервно-психическим перенапряжениям в тренировочном процессе обнаруживает себя в:

25. Психологические особенности тренировочного процесса определяются:

26. Структура этапов тренировки, включающих относительно законченный ряд микроциклов, называется:

27. Длительность этапа начальной спортивной специализации в процессе многолетней подготовки спортсмена составляет:

28. Укажите, что входит в содержание спортивной тренировки:
29. В процессе подготовки в избранном виде спорта спортивная тренировка строится:
30. Система воздействий, применяемых для формирования и совершенствования необходимых для спортсмена таких качеств, как целеустремленность, решительность, смелость, настойчивость и т.д., такая подготовка называется:
31. На основе комплексного контроля можно правильно оценить эффективность:
32. Эффективность системой тренировки обеспечивается:
33. Уровень совершенствования двигательных навыков – это результат:
34. Совокупность двигательных действий, которые являются средством ведения спортивной борьбы и выполняются по возможности в соответствии с правилами состязаний по избранному виду спорта – это:
35. Обще подготовительные упражнения являются преимущественно средствами:
36. К методам строго регламентированного упражнения в спортивной тренировке относятся:
37. Метод, который характеризуется выполнением упражнения со сравнительно одинаковой интенсивностью в продолжение всего занятия, называется:
38. Под технической подготовкой следует понимать:
39. Основными показателями способности спортсмена к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях в избранном виде спорта является:
40. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям спортсмена, называется:
41. Подготовка, которая направлена на обучение спортсмена технике движений и доведение их до совершенства, называется:
42. Подготовка, которая направлена на овладение разнообразными двигательными умениями и навыками, необходимыми в спортивной деятельности, называется;
43. В режимах непрерывной и интервальной работы в процессе спортивной тренировки используется:
44. Педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности называется:
45. Разностороннее развитие физических качеств, функциональных возможностей и систем организма спортсмена, слаженности их проявления в процессе мышечной деятельности, называется:
46. Наилучшие результаты показываются спортсменом в состоянии:
47. Задачи и мотивы соревнования определяются:

48. В ходе специальной психологической подготовки спортсменов формирует:

49. По своему характеру нагрузки, применяющиеся в спорте, подразделяются на:

50. Как называется первая зона интенсивности в тренировочных нагрузках:

51. Восстановительный процесс при использовании малых нагрузок длится:

52. Укажите от чего зависит продолжительность этапов многолетней подготовки:

53. Метод, который характеризуется чередованием интенсивности усилий, называется:

54. Увеличение функциональных возможностей организма в процессе спортивной тренировки зависит:

55. В зависимости от этапов подготовки тактические упражнения в ходе спортивной подготовки могут быть использованы:

56. Физическая подготовка подразделяется:

57. Формированием и совершенствованием свойств личности и психических состояний, которыми обусловлена успешность и стабильность выступлений, определяется направленность:

58. Отношение к нервно-психическим перенапряжениям в тренировочном процессе обнаруживает себя в:

59. Психологические особенности тренировочного процесса определяются:

60. Все нагрузки по величине воздействия на организм спортсмена могут быть разделены на:

61. При дозировании нагрузок в аэробной восстановительной зоне ЧСС во время работы должна быть:

62. Главным источником энергии при выполнении продолжительной нагрузки аэробного характера является:

63. Структура этапов тренировки, включающих относительно законченный ряд микроциклов, называется:

64. Длительность этапа начальной спортивной специализации в процессе многолетней подготовки спортсмена составляет:

65. Укажите, как называются тренировочные циклы, на основе которых строится процесс спортивной подготовки:

Критерии и шкала оценивания результатов выполнения заданий (сообщение /доклад)

1. Новизна реферированного текста. Макс.– 20 баллов

актуальность проблемы и темы;

новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.

2. Степень раскрытия сущности проблемы. Макс. – 30 баллов

соответствие плана теме реферата/сообщения;
соответствие содержания теме и плану сообщения;
полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;
обоснованность способов и методов работы с материалом;
умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;

умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.

3. Обоснованность выбора источников. Макс. - 20 баллов

круг, полнота использования литературных источников по проблеме;
привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).

4. Соблюдение требований к оформлению Макс. – 15 баллов

правильное оформление ссылок на используемую литературу;

грамотность и культура изложения;

владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;

соблюдение требований к объему реферата/сообщения;

культура оформления: выделение абзацев.

подготовка презентационного материала

5. Грамотность. Макс. - 15 баллов

отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;

отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;

литературный стиль.

Сообщение оценивается по 100 балльной шкале, баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

85 – 100 баллов – «отлично»;

84 – 75 баллов – «хорошо»;

74 – 50 баллов – «удовлетворительно»;

менее 50 баллов – «неудовлетворительно».

Баллы учитываются в процессе текущей оценки знаний программного материала. Выбор темы статьи осуществляется по согласованию с преподавателем, она должна соответствовать тематике изучаемой дисциплины

Критерии и шкала оценивания результатов выполнения заданий (написание реферата)

1. Актуальность. Макс. – 30 баллов

Исследовательский характер работы. Новизна исследования, Актуальность работы. практическая и/или теоретическая значимость

2. Содержание и структура. Макс. – 40 баллов

Соответствие структуры работы общепринятым требованиям для научных трудов, грамотность и логичность изложения, анализ литературы по теме.

3. Наглядность и оригинальность. Макс. – 30 баллов

Наличие таблиц и рисунков, личный вклад автора в исследование оригинальность не менее 60%

Статья оценивается по 100 балльной шкале, баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

85 – 100 баллов – «отлично»;

84 – 75 баллов – «хорошо»;

74 – 50 баллов – «удовлетворительно»;

мене 50 балла – «неудовлетворительно».

Баллы учитываются в процессе текущей оценки знаний программного материала.

Критерии и шкалы оценивания компетенций в результате изучения дисциплины при проведении аттестации в форме экзамена

Шкалы оценивания	Критерии оценивания	Уровень освоения компетенций
зачтено	Обучающийся правильно ответил на теоретические вопросы. Показал отличные знания в рамках учебного материала. Правильно выполнил практические задания. Показал отличные умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы	Высокий 90–100
	Обучающийся с небольшими неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал хорошие знания в рамках учебного материала. С небольшими неточностями выполнил практические задания. Показал хорошие умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов	Средний 75–89
	Обучающийся с существенными неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал удовлетворительные знания в рамках учебного материала. С существенными неточностями выполнил практические задания. Показал удовлетворительные умения и владения навыками применения полученных знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. Допустил много неточностей при ответе на дополнительные вопросы	Низкий 74–50
Не зачтено	Обучающийся при ответе на теоретические вопросы и при выполнении практических заданий	Компетенции не сформированы

	<p>продемонстрировал недостаточный уровень знаний и умений при решении задач в рамках учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов</p>	<p>49-0</p>
--	--	--------------------