

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

 Губарев А.А.
«14» сентября 2025 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине

Методология и технология прогнозирования спортивных достижений

По направлению подготовки: 49.04.03 Спорт

Магистерская программа: Спорт высших достижений и система
подготовки

Квалификация выпускника: магистр

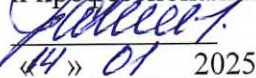
Форма обучения: очная, заочная

Курс: ОФО 1 курс (2 семестр), ЗФО 1 курс (3 триместры)

Разработчик:

доцент кафедры олимпийского и
профессионального спорта
Зюзюков А.В.

И.о. заведующего кафедрой олимпийского
и профессионального спорта

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

Луганск, 2025

Назначение фонда оценочных средств

Целью создания ФОС дисциплины «Методология и технология прогнозирования спортивных результатов» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

ФОС разработан на основании нормативных **документов**:

1) Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, программа магистратуры «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов»;

2) Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Луганский государственный педагогический университет» и его филиалах.

1.1. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Повышение работоспособности спортсмена и антидопинговый контроль»:

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций: *профессиональные компетенции* (ПК-5 – способностью и готовностью использовать современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов высокого класса и оценивать эффективность их применения).

1.2. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Тема 1. Спортивные достижения и тенденции их развития Спортивное достижение как объект познания о спорте. Спорт высших достижений и олимпийское движение. Основные направления в развитии спортивного движения. Общедоступный (массовый) спорт. Спорт высших достижений. Причины роста спортивных достижений. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений. Тенденции развития	ПК-5	Устный опрос. Практическое задание. Написание реферата

спортивных достижений. Фазы логистической кривой достижения спортивного результата.		
<p>Тема 2. Прогнозирование и моделирование в спортивной тренировке</p> <p>Прогнозирование в спорте. Основные методические принципы прогнозирования. Прогнозирование как научная основа планирования и управления спортивной деятельностью. Моделирование в спортивной тренировке. Виды моделей. Модельные характеристики соревновательной деятельности. Разработка модельных характеристик этапов многолетней. Моделирование и нормирование тренировочных нагрузок в беге на средние и длинные дистанции. Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов.</p>	ПК-5	Подготовка к практическим занятиям; подготовка к контролю текущих знаний по дисциплине.
<p>Тема 3. Методология прогнозирования в спорте</p> <p>Методы прогнозирования в спорте. Этапы прогнозирования спортивных результатов. Краткосрочное прогнозирование отдельного тренировочного занятия или серии, в отдельном соревновании или старте. Среднесрочное прогнозирование системы построения тренировки в макроциклах, периодах, мезоциклах. Особенности долгосрочного и сверхдолгосрочного прогнозирования.</p>	ПК-5	Устный опрос. Практическое задание. Написание реферата
<p>Тема 4. Мониторинг (комплексный контроль) как функция управления</p> <p>Показатели комплексного контроля. Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга. Оперативный, текущий и этапный контроль. Контроль соревновательных и тренировочных воздействий. Контроль результатов соревнований. Контроль тренировочных воздействий. Контроль подготовленности спортсмена.</p>	ПК-5	Подготовка к практическим занятиям, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями.
<p>Тема 5. Планирование и учет в процессе тренировки спортсменов</p> <p>Сущность и назначение планирования, его виды. Этапы планирования. Годовой план, его содержание и методика составления. Спортивная квалификация. Содержание перспективного плана, методические указания к его составлению. Индивидуальный перспективный план. Месячное (мезоцикловое) и недельное (микроцикловое) планирование. Учет в процессе спортивной тренировки спортсменов. Виды учета. Индивидуальный дневник спортсмена.</p>	ПК-5	Подготовка к практическим занятиям, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями.
<p>Тема 6. Основы управления в системе подготовки спортсменов</p> <p>Цель, объект и виды управления. Особенности этапного управления. Особенности текущего</p>	ПК-5	Подготовка к практическим занятиям, написание и

управления. Особенности оперативного управления. Оперативное управление тренировочной деятельностью. Оперативное управление соревновательной деятельностью.		оформление рефератов в соответствии с заданиями.
Промежуточная аттестация	ПК-5	Экзамен

1.3. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
Профессиональные	
ПК-5	<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>

1.4. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид учебной работы	Количество баллов
Работа на семинарских занятиях	30
Написание реферата	20
Самостоятельная работа	10
Экзамнационная работа	40
Итого за семестр:	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	

1.5. Образец оформления экзаменационного билета

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	
2024/2025 учебный год ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА кафедра олимпийского и профессионального спорта	
Экзамен (<u>письменный</u>) по дисциплине: «Методология и технология прогнозирования спортивных достижений»	
Направление подготовки 49.03.04 «Спорт»	
ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1	
1. 2. 3.	
Утверждено на заседании кафедры олимпийского и профессионального спорта, протокол №.... от.... 2021 г.	
Заведующий кафедрой олимпийского и профессионального спорта	_____ Пилавов П.А.
Экзаменатор	_____ Зюзюков А.В.

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. Оценочные средства текущего контроля (типовые)

Вопросы для устного опроса

1. Спортивное достижение как объект познания о спорте.
2. Основные направления в развитии спортивного движения.
3. Причины роста спортивных достижений.
4. Единая Всероссийская спортивная квалификация.
5. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений.
6. Тенденции развития спортивных достижений.
7. Три фазы в динамике роста спортивных достижений.
8. Прогнозирование в спорте.
9. Основные методические принципы прогнозирования.
10. Моделирование в спортивной тренировке.

11. Виды моделей.
12. Модельные характеристики соревновательной деятельности.
13. Разработка модельных характеристик этапов многолетней.
14. Моделирование и нормирование тренировочных нагрузок в избранном виде спорта.
15. Роль управления в современном спорте и подготовке спортсменов
16. Методы прогнозирования в спорте.
17. Этапы прогнозирования спортивных результатов.
18. Краткосрочное прогнозирование отдельного тренировочного занятия или серии, в отдельном соревновании или старте.
19. Среднесрочное прогнозирование системы построения тренировки в макроциклах, периодах, мезоциклах.
20. Особенности долгосрочного и сверхдолгосрочного прогнозирования.
21. Показатели комплексного контроля.
22. Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга.
23. Оперативный, текущий и этапный контроль.
24. Контроль тренировочных воздействий.
25. Контроль соревновательных воздействий.
26. Контроль подготовленности спортсмена.
27. Сущность и назначение планирования, его виды.
28. Этапы планирования.
29. Годовой план, его содержание.
30. Методика составления годового плана.
31. Содержание перспективного плана, методические указания к его составлению.
32. Индивидуальный перспективный план.
33. Месячное (мезоцикловое) и недельное (микроцикловое) планирование.
34. Учет в процессе спортивной тренировки спортсменов.
35. Виды учета.
36. Индивидуальный дневник спортсмена.
37. Цель, объект и виды управления.
38. Особенности этапного управления.
39. Особенности текущего управления.
40. Особенности оперативного управления.
41. Оперативное управление тренировочной деятельностью.
42. Оперативное управление соревновательной деятельностью.

2.2. Тематика рефератов и докладов

1. Основные направления в развитии спортивного движения.
2. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений.
3. Прогнозирование в спорте.
4. Моделирование в спортивной тренировке.

5. Методы прогнозирования в спорте.
6. Этапы прогнозирования спортивных результатов.
7. Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга.
8. Контроль соревновательных и тренировочных воздействий.
9. Планирование и учет в процессе тренировки спортсменов.
10. Основы управления в системе подготовки спортсменов.

2.3. Вопросы для самостоятельной работы

1. Тенденции развития спортивных достижений.
2. Разработка модельных характеристик этапов многолетней.
3. Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов.
4. Методы прогнозирования в спорте.
5. Этапы прогнозирования спортивных результатов.
6. Контроль соревновательных и тренировочных воздействий.
7. Контроль подготовленности спортсмена.
8. Содержание перспективного плана.
9. Учет в процессе спортивной тренировки спортсменов.
10. Управление тренировочной и соревновательной деятельностью.

Варианты билетов для проведения экзамена (письменного) по дисциплине «Методология и технология прогнозирования спортивных достижений» для магистрантов 1 курса специальности «Спорт»

Билет 1

1. Спортивное достижение как объект познания о спорте.
2. Моделирование и нормирование тренировочных нагрузок в избранном виде спорта.
3. Сущность и назначение планирования, его виды.

Билет 2

1. Основные направления в развитии спортивного движения.
2. Роль управления в современном спорте и подготовке спортсменов.
3. Этапы планирования.

Билет 3

1. Причины роста спортивных достижений.
2. Методы прогнозирования в спорте.
3. Годовой план, его содержание.

Билет 4

1. Единая Всероссийская спортивная квалификация.
2. Этапы прогнозирования спортивных результатов.
3. Методика составления годового плана.

Билет 5

1. Разработка модельных характеристик этапов многолетней.
2. Этапы прогнозирования спортивных результатов.
3. Содержание перспективного плана, методические указания к его составлению.

Билет 6

1. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений.
2. Краткосрочное прогнозирование отдельного тренировочного занятия или серии, в отдельном соревновании или старте.
3. Индивидуальный перспективный план.

Билет 7

1. Тенденции развития спортивных достижений.
2. Среднесрочное прогнозирование системы построения тренировки в макроциклах, периодах, мезоциклах.
3. Месячное (мезоцикловое) и недельное (микроцикловое) планирование.

Билет 8

1. Три фазы в динамике роста спортивных достижений.
2. Особенности долгосрочного и сверхдолгосрочного прогнозирования.
3. Учет в процессе спортивной тренировки спортсменов.

Билет 9

1. Прогнозирование в спорте.
2. Показатели комплексного контроля.
3. Виды учета в спорте.
- 4.

Билет 10

1. Основные методические принципы прогнозирования.
2. Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга.
3. Индивидуальный дневник спортсмена.

Билет 11

1. Моделирование в спортивной тренировке.
2. Оперативный, текущий и этапный контроль.

3. Цель, объект и виды управления.

Билет 12

1. Виды моделей.
2. Контроль соревновательных воздействий.
3. Особенности этапного управления.

Билет 13

1. Модельные характеристики соревновательной деятельности.
2. Контроль подготовленности спортсмена.
3. Особенности текущего управления.

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству промежуточный контроль (экзамен)

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
отлично (5)	Студент глубоко и в полном объёме владеет программным материалом. Грамотно, исчерпывающе и логично его излагает в устной или письменной форме. При этом знает рекомендованную литературу, проявляет творческий подход в ответах на вопросы и правильно обосновывает принятые решения, хорошо владеет умениями и навыками при выполнении практических задач.
хорошо (4)	Студент знает программный материал, грамотно и по сути излагает его в устной или письменной форме, допуская незначительные неточности в утверждениях, трактовках, определениях и категориях или незначительное количество ошибок. При этом владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических задач.
удовлетворительно (3)	Студент знает только основной программный материал, допускает неточности, недостаточно чёткие формулировки, непоследовательность в ответах, излагаемых в устной или письменной форме. При этом недостаточно владеет умениями и навыками при выполнении практических задач. Допускает до 30% ошибок в излагаемых ответах.
неудовлетворительно (2)	Студент не знает значительной части программного материала. При этом допускает принципиальные ошибки в доказательствах, в трактовке понятий и категорий, проявляет низкую культуру знаний, не владеет основными умениями и навыками при выполнении практических задач. Студент отказывается от ответов на дополнительные вопросы

Критерии и шкала оценивания за теоретический ответ на практических занятиях

5 «отлично»	оценка «отлично» выставляется магистранту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, использует в ответе материал монографической литературы;
4	оценка «хорошо» выставляется магистранту, если он твердо знает

«хорошо»	материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос;
3 «удовлетворительно»	оценка «удовлетворительно» выставляется магистранту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала;
2 «неудовлетворительно»	оценка «неудовлетворительно» выставляется магистранту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится аспирантам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.