

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bfff679172803da5b705591c69e2

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**Государственное образовательное учреждение высшего образования**  
**Московской области**  
**МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**(МГОУ)**

Кафедра Теории и методики физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры

Протокол от «10» 06 2019 г., № 12  
Зав. кафедрой Кулишенко И.В.

**ФОНД**  
**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по учебной дисциплине

**Система подготовки спортивных резервов**  
**Направление подготовки**

**49.04.01 – Физическая культура**

**Профиль (программа подготовки) -**  
**Профессиональное образование в отрасли физической культуры и спорта**

**Мытищи**  
**2019**

## Содержание

|                                                                                                                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы .....                                                                                                          | 3  |
| 2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....                                                                                           | 4  |
| 3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы..... | 13 |
| 4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....                                                    | 16 |

# 1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Код и наименование компетенции                                                                                                                         | Этапы формирования                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-5: способностью применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии) в тренерской деятельности  | 1.Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия).<br>2.Самостоятельная работа |
| ПК-6: способностью определять приоритеты в процессе подготовки спортсменов при решении профессиональных задач, с учетом их индивидуальных особенностей | 1.Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия)<br>2.Самостоятельная работа  |
| ПК- 8: способностью разрабатывать целевые тренировочные программы и планы подготовки спортсменов различной квалификации                                | 1.Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия)<br>2.Самостоятельная работа  |
| ПК- 9: способностью решать нестандартные проблемы в процессе подготовки спортсменов                                                                    | 1.Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия)<br>2.Самостоятельная работа  |

**2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания**

| Оцениваемые компетенции                                                                                                                               | Уровень сформированности | Этап формирования                                                                                                | Описание показателей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Критерии оценивания                    | Шкала оценивания                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| ПК-5: способностью применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии) в тренерской деятельности | Пороговый                | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия).<br>2. Самостоятельная работа | Знать:<br>- основные термины спортивной тренировки;<br>Уметь:<br>- демонстрировать отличное знание сути и содержание терминологического аппарата.<br>Владеть:<br>- способами определять эффективность различных методик физкультурно-спортивной направленности                                                                                                                                         | Устный опрос<br>Доклад                 | Шкала оценивания устного опроса<br>Шкала оценивания доклада                |
|                                                                                                                                                       | Продвинутый              | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия).<br>2. Самостоятельная работа | Знать:<br>- основные средства и методы спортивной тренировки.<br>Уметь:<br>- использовать методы контроля и навыки проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта.<br>Владеть:<br>- способностью создавать авторские технологические подходы к построению спортивной тренировки.<br>- методическими приёмами реализации технологий и способами её внедрения с учётом санитарно-гигиенических | Письменный опрос<br>Контрольная работа | Шкала оценивания письменного опроса<br>Шкала оценивания контрольной работы |
|                                                                                                                                                       |                          |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                        |                                                                            |

|                                                                                                                                                                                             |             |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-6:<br>способностью<br>определять<br>приоритеты в<br>процессе<br>подготовки<br>спортсменов при<br>решении<br>профессиональн<br>ых задач, с учетом<br>их<br>индивидуальных<br>особенностей | Пороговый   | 1. Работа на учебных занятиях<br>(лекции, лабораторные<br>занятия, практические<br>занятия).<br>2. Самостоятельная работа | норм.<br>Знать:<br>- принципы и методы<br>спортивной подготовки<br>квалифицированных<br>спортсменов;<br>Уметь:<br>- оперировать научными<br>знаниями о спортивной<br>подготовке в избранном виде<br>спорта;<br>- применять на практике знания<br>о современных технологиях,<br>средствах и методах подготовки<br>квалифицированных<br>спортсменов;<br>Владеть:<br>- современными технологиями,<br>средствами и методами<br>подготовки спортсменов,<br>- навыками разработки целевых<br>тренировочных программ и<br>планов подготовки<br>квалифицированных<br>спортсменов; | Устный опрос<br>Контрольная<br>работа        | Шкала<br>оценивания<br>устного<br>опроса<br>Шкала<br>оценивания<br>контрольно<br>й работы      |
|                                                                                                                                                                                             | Продвинутый | 1. Работа на учебных занятиях<br>(лекции, лабораторные<br>занятия, практические<br>занятия).<br>2. Самостоятельная работа | Знать:<br>- принципы и методы<br>спортивной подготовки<br>квалифицированных<br>спортсменов;<br>Уметь:<br>- использовать научную<br>информацию для анализа,<br>контроля и управления<br>процессом подготовки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Письменный<br>опрос<br>Контрольная<br>работа | Шкала<br>оценивания<br>письменн<br>ого опроса<br>Шкала<br>оценивания<br>контрольно<br>й работы |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  |  | <p>спортсменов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать тренировочный процесс, определять первоочередные и долгосрочные цели спортивной тренировки, разрабатывать целевые программы спортивной подготовки с учетом приоритетов в развитии физических качеств, технических навыков, функциональных возможностей спортсменов.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методиками контроля и управления тренировочным процессом, видеть главное на определенном этапе в подготовке спортсменов и приоритетности профессиональных задач;</li> </ul> |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|                                                                                                                                                    |             |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                        |                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК- 8:<br>способностью<br>разрабатывать<br>целевые<br>тренировочные<br>программы и<br>планы подготовки<br>спортсменов<br>различной<br>квалификации | Пороговый   | 1.Работа на учебных занятиях<br>(лекции, лабораторные<br>занятия, практические<br>занятия).<br>2.Самостоятельная работа | Знать:<br>- формы учебных планов, давать<br>характеристику программ<br>конкретных видов спорта<br>Уметь:<br>- оценивать физические<br>способности и функциональное<br>состояние занимающихся,<br>адекватно выбирать средства и<br>методы подготовки при<br>составлении перспективных и<br>оперативных планов.<br>Владеть:<br>- классификацией и<br>способностью разрабатывать<br>программы и планы подготовки<br>спортсменов<br>- методами отбора средств и<br>методов спорта; | Письменный<br>опрос<br>Контрольная<br>работа           | Шкала<br>оценивания<br>письменног<br>о опроса<br>Шкала<br>оценивания<br>контрольно<br>й работы                                   |
|                                                                                                                                                    | Продвинутый | 1.Работа на учебных занятиях<br>(лекции, лабораторные<br>занятия, практические<br>занятия).<br>2.Самостоятельная работа | Знать:<br>- формы учебных планов, давать<br>характеристику программ<br>конкретных видов спорта<br>Уметь:<br>- Определять физические и<br>функциональные способности,<br>адекватно выбирает средства и<br>методы со спортсменами<br>различной квалификации.<br>- Описывать, объяснять и делать<br>соответствующие выводы,<br>применительно к планированию<br>УТП в спорте.<br>Владеть:<br>- навыками определения степени                                                        | Письменный<br>опрос<br>Доклад<br>Контрольная<br>работа | Шкала<br>оценивания<br>письменног<br>о опроса<br>Шкала<br>оценивания<br>доклада<br>Шкала<br>оценивания<br>контрольно<br>й работы |

|                                                                                                          |             |                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                               |                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| ПК- 9:<br>способностью<br>решать<br>нестандартные<br>проблемы в<br>процессе<br>подготовки<br>спортсменов |             |                                                                                                                |  | переносимости нагрузки в ходе занятий спортом и учитывает это в процессе планов.<br>- Способность разрабатывать планы и программы подготовки спортсменов различной квалификацией.                                                                                                                                                                                      |                               |                                                                                |
|                                                                                                          | Пороговый   | 1.Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия).<br>2.Самостоятельная работа |  | Знать:<br>- закономерности формирования долгосрочной адаптации у спортсменов под воздействием физических нагрузок разной направленности;<br>Уметь:<br>- планировать тренировочный процесс,<br>- определять первоочередные и долгосрочные цели спортивной тренировки,<br>Владеть:<br>- современными технологиями научно-методического обеспечения подготовки спортсмена | Устный опрос<br>Доклад        | Шкала<br>оценивания<br>устного<br>опроса<br>Шкала<br>оценивания<br>доклада     |
|                                                                                                          | Продвинутый | 1.Работа на учебных занятиях (лекции, лабораторные занятия, практические занятия).<br>2.Самостоятельная работа |  | Знать:<br>- основные научные школы и направления обеспечения подготовки спортсменов высокой квалификации;<br>Уметь:<br>- разрабатывать целевые программы с учетом приоритетов в развитии физических качеств,                                                                                                                                                           | Письменный<br>опрос<br>Доклад | Шкала<br>оценивания<br>письменного<br>опроса<br>Шкала<br>оценивания<br>доклада |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                              |  |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
|  |  |  | технических навыков, функциональных возможностей спортсменов;<br>Владеть:<br>- инструментарием научного исследования спортивной тренировки,<br>- технологиями развития творческого мышления. |  |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

### Шкала и критерии оценивания устного опроса

| Баллы      | Требования к критерию                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 балл     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;</li> <li>- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> <li>- излагает материал последовательно и правильно</li> </ul> |
| 0,5 балла  | допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 0,25 балла | <p>обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;</li> <li>- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</li> <li>- излагает материал непоследовательно</li> </ul>          |
| 0 баллов   | обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.                                                                                                                                                                                     |

### Шкала и критерии оценивания письменного опроса.

| Баллы      | Критерии оценивания                                                                                                                                                           |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 балл     | Содержание работы полностью соответствует теме; фактические ошибки отсутствуют; содержание излагается последовательно                                                         |
| 0,5 балла  | Содержание работы в основном соответствует теме; имеются единичные фактические неточности; имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.            |
| 0,25 балла | В работе допущены существенные отклонения от темы; работа достоверна в главном, но имеются фактические неточности; допущены отдельные нарушения последовательности изложения. |
| 0 баллов   | не раскрыта тема, не соответствует плану, свидетельствует о поверхностном знании материала, без выводов и обобщений                                                           |

### Шкала и критерии оценивания докладов

| № п/п                                        | Оцениваемые параметры                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Оценка<br>в баллах                  |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| 1.                                           | <p>Качество доклада:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом;</li> <li>- четко выстроен;</li> <li>- рассказывается, но не объясняется суть работы;</li> <li>- зачитывается.</li> </ul>                                                                                                         | <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p> |
| 2.                                           | <p>Использование демонстрационного материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался</li> <li>- использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности;</li> <li>- представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно.</li> </ul> | <p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>          |
| 3.                                           | <p>Качество ответов на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отвечает на вопросы;</li> <li>- не может ответить на большинство вопросов;</li> <li>- не может четко ответить на вопросы.</li> </ul>                                                                                                                                                               | <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>          |
| 4.                                           | <p>Владение научным и специальным аппаратом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показано владение специальным аппаратом;</li> <li>- использованы общенаучные и специальные термины;</li> <li>- показано владение базовым аппаратом.</li> </ul>                                                                                                                        | <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>          |
| 5.                                           | <p>Четкость выводов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полностью характеризуют работу;</li> <li>- нечетки;</li> <li>- имеются, но не доказаны.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            | <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>          |
| <b>Итого максимальное количество баллов:</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>14</b>                           |

### Шкала и критерии оценивания контрольных работ

| Критерий оценивания | Требования к критерию |
|---------------------|-----------------------|
|---------------------|-----------------------|

| в баллах   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 балл     | <p>1. Глубоко, осмысленно, в полном объёме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, изучил обязательную и дополнительную литературу, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций;</p> <p>2. Усвоил методологию данной дисциплины, свободно владеет понятиями, определениями, терминами;</p> <p>3. Умеет анализировать и выявлять взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими дисциплинами;</p> <p>4. Умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций;</p> <p>5. Показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе учёбы и профессиональной деятельности</p> |
| 0,5 балла  | <p>1. Полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу;</p> <p>2. Владеет методологией данной дисциплины, методами исследования, знает определение понятий в области технических средств;</p> <p>3. Умеет установить взаимосвязь вопросов, изученных в рамках курса, с другими областями знаний;</p> <p>4. Применяет теоретические знания на практике;</p> <p>5. Допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.</p>                                                                                                                                                                 |
| 0,25 балла | <p>1. Владеет материалом в пределах программы курса, знает основные понятия и определения;</p> <p>2. Обладает достаточными знаниями для продолжения обучения и профессиональной деятельности;</p> <p>3. Способен разобраться в конкретной практической ситуации.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 0 баллов   | <p>1. Показал проблемы в знании основного учебного материала;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|  |                                                                                                                                                                                                                           |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>2. Не может дать чётких определений, понятий;</p> <p>3. Не может разобраться в конкретной практической ситуации;</p> <p>4. Не может успешно продолжать дальнейшее обучение в связи с недостаточным объёмом знаний.</p> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.**

**Темы для устного опроса**

1. Контроль и оценка результатов обучения.
2. Теоретическая подготовка спортсмена. Значение теоретической подготовки в процессе обучения и тренировки.
3. Секции по избранному виду спорта КФК – основное звено работы по развитию вида спорта в стране.
4. Федерация избранного вида спорта в России, задачи и Устав федерации, структура, план и организация работы.
5. Всесоюзный тренерский совет. Судейская Всесоюзная коллегия.
6. Международные связи федерации избранного вида спорта России, участие в работе международных федераций.
7. Общественные органы в городах, областях. Выборность и отчетность всех органов. Ассоциация.
8. Общественные органы руководства работой по развитию вида спорта.
9. Общественные органы по избранному виду спорта в областях, городах.
10. Особенности планирования на различных этапах процесса обучения и совершенствования.
11. Особенности подготовки юных спортсменов.
12. Особенности психологической подготовки игроков в избранном виде спорта на этапе спортивного совершенствования.
13. Современное состояние и тенденции развития вида спорта в России и за рубежом

**Темы для письменного опроса**

1. Планирование процесса обучения.
2. Формы планирования: учебный план, учебная программа, рабочий план, недельный график занятий, конспект занятий.
3. Составление плана-графика на год в ДЮСШ.
4. Задачи, формы и содержание теоретической подготовки в различных возрастных группах КМС и МС, в клубных командах.
5. Учет работы секции избранного вида спорта и основные требования, формы учета.
6. Значение планирования и учета спортивной тренировки. Виды планирования, индивидуальные планы.
7. Задания, программы индивидуальной подготовки. Виды планирования: перспективное планирование, индивидуальные планы.
8. Периодизация спортивной тренировки. Задачи, сроки, содержание, методы и средства каждого периода и этапа.

9. Задачи, формы и содержание подготовки в различных возрастных группах ДЮСШ.
10. Задачи, организация, планирование и учет работы секции в общеобразовательных школах, вузе, ДЮСШ. Связь с низовыми коллективами.
11. Организация планирования и учета работы секции вида спорта в КФК.

#### **Темы докладов.**

1. Спортивные соревнования в профессиональном и любительском спорте.
2. Значение, содержание и основные методы прогнозирования спортивных результатов в отдельных видах спорта.
3. Прогнозы мировых и олимпийских высших достижений в отдельных видах спорта.
4. Оценка эффективности прогнозирования спортивных результатов спортсменов на Олимпийских играх (на примере избранного вида спорта).
5. Система спортивных соревнований (на примере конкретного вида спорта).
6. Соревновательная нагрузка в виде спорта. Нагрузка соревновательного упражнения (на примере конкретного вида спорта).
7. Содержание и особенности соревновательной деятельности спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
8. Регламентация и способы проведения соревнований (на примере конкретного вида спорта).
9. Особенности специальной физической подготовки в виде спорта.
10. Соотношение ОФП и СФП на этапах многолетней подготовки (на примере конкретного вида спорта).
11. Особенности содержания средств подготовки на этапах годичного цикла (на примере конкретного вида спорта).
12. Интегральная подготовленность и основы интегральной подготовки (на примере конкретного вида спорта).
13. Построение тренировочных нагрузок на этапах годичного цикла подготовки (на примере конкретного вида спорта).
14. Особенности построения годичного цикла подготовки, этапов подготовки (на примере конкретного вида спорта).
15. Контроль физических качеств спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
16. Моделирование в спорте. Состав и содержание модельных характеристик (на примере конкретного вида спорта).
17. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке спортсмена (на примере конкретного вида спорта).

#### **Тематика контрольных работ**

1. Что понимается под термином «спортивные резервы»?
2. Какая группа спортсменов составляет действующий резерв?
3. Какой контингент спортсменов входит в категорию ближайшего резерва?
4. Кто составляет потенциальный спортивный резерв?
5. На каких методических основах строится подготовка спортивного резерва?
6. Какие организации входят в структуру спортивного движения в России?
7. Какие организации ведут непосредственную подготовку спортивного резерва?
8. Что представляет собой ДЮКФП? С каким контингентом и как они осуществляют работу?
9. Что такое ДЮСШ? При каких организациях и каким образом они осуществляют свою работу? Какие группы в них могут быть открыты?

10. Что представляет собой СДЮШОР? Что является основным показателем их деятельности? Какие группы могут быть в них открыты?
11. Что представляет собой организационная структура УОР?
12. Как и где открываются спортивные классы? Каков характер их работы?
13. Что представляет собой ШВСМ? С каким контингентом осуществляется в них работа? Какие группы могут быть открыты в ШВСМ?
14. Что представляет собой МЦОП? С каким контингентом осуществляется в них работа?
15. Каковы условия зачисления и перевода спортсменов на разные этапы подготовки в спортивных школах?
16. Что представляет собой годовой план спортивной школы? Какие разделы в него включаются? Как осуществляется по ним: работа?
17. Какие формы учебно-тренировочной работы имеют место в спортивных школах? Как она проводится?
18. Кто разрабатывает и утверждает программы подготовки спортсменов и расписание занятий?
19. Как осуществляется медицинский контроль?

### **Вопросы для зачета.**

1. Становление и развитие научно-методических основ системы подготовки спортсменов.
2. Методологические аспекты построения теории спортивной подготовки. Интегративная сущность общей теории подготовки спортсменов, роль общенаучных достижений и данных смежных наук.
3. Основные тенденции развития спорта и системы спортивной подготовки.
4. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов.
5. Современное состояние и эффективность олимпийской подготовки в различных странах.
6. Система олимпийской подготовки в России.
7. Возникновение и эволюция научно-практических знаний о высших спортивных достижениях (исторический обзор проблемы) в видах спорта.
8. Спортивные достижения как объект познания и оценки.
9. Спортивные результаты - специфический и интегральный продукт спортивной деятельности, критерии, их измерение и оценка в видах спорта.
10. Понятия «стратегия» и «спортивная тактика». Особенности и виды спортивной тактики: тактическое мастерство и критерии его оценки.
11. Понятие «психологическая подготовка». Показатели уровня психологической подготовленности.
12. Состояния соревновательной готовности спортсмена. Задачи, средства и методы управления стартовыми состояниями.
13. Понятия «спортивная техника», «техническая подготовка», «техническая подготовленность», «техническое мастерство», их взаимосвязь между собой. Структура и уровни технической подготовленности.
14. Стадии и этапы процесса становления и совершенствования технического мастерства. Критерии технического мастерства и способы его оценки.
15. Контроль над уровнем технической подготовленности: составляющие технической подготовленности, виды оценок.
16. Понятия «интегральная подготовка», «интегральная подготовленность», их структура. Задачи, средства и методические пути повышения эффективности интегральной подготовки спортсмена.

17. Определение понятия «структура тренировочного процесса», ее виды. Понятие о макроструктуре тренировки. Факторы, обуславливающие структуру и продолжительность макроциклов; виды макроциклов.
18. Варианты построения годичной тренировки. Условия, определяющие продолжительность периодов подготовки в пределах отдельного тренировочного года.
19. Суть положений модели построения тренировочных макроциклов.
20. Спортивная тренировка как многолетний процесс.
21. Понятие о мезоциклах тренировки, их определяющие черты и закономерности построения. Факторы, обуславливающие структуру мезоциклов. Типы мезоциклов.
22. Понятие о микроциклах тренировки, их определяющие черты и закономерности построения. Факторы, определяющие структуру и продолжительность микроциклов. Типы микроциклов.
23. Факторы, определяющие структуру отдельного занятия. Типы занятий. Варианты сочетания занятий в одном тренировочном дне.
24. Олимпийский цикл в подготовке ведущих спортсменов.
25. Построение и содержание подготовки спортсменов в течение года. Выступление в соревнованиях в годичном цикле.
26. Структура этапа непосредственной подготовки к главным соревнованиям.
27. Модельно-целевой подход при проектировании макроцикла подготовки.
28. Понятия «планирование», «план», «программа». Виды и значение планирования в управлении тренировочным процессом.
29. Контроль и учет в спортивной подготовке: цель, предмет и виды. Схема организации комплексного контроля. Виды показателей, используемые в процессе контроля и учета, требования к ним.
30. Понятие «управление» в спортивной тренировке, основные группы операций, объект и цель управления, виды управления, основной принцип, общая схема управления в спортивной тренировке.
31. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки.
32. Основные направления использования средств «искусственной управляющей среды» для повышения эффективности подготовки спортсменов

#### **4. Методические материалы для оценивания знаний, умений, навыков и опыта формирования компетенций.**

Промежуточная аттестация по дисциплине складывается из результатов обучения, уровня работы магистранта, дисциплинированность, самостоятельность. Освоение дисциплины оценивается по балльной шкале.

Общее количество баллов по дисциплине – 100 баллов.

Подробные требования к оформлению и выполнению всех предусмотренных в рабочей программе дисциплин форм отчётности и критериев оценивания представлены в методических рекомендациях.

Максимальное количество баллов, которое может набрать магистрант в течение семестра за выполнение контрольных работ, подготовку докладов, участие в устных и письменных опросах равняется 70 баллам.

Максимальная сумма баллов, которые магистрант может набрать за доклад, составляет 14 баллов.

Максимальная сумма баллов, которые магистрант может за устный опрос, составляет 1 балл.

Максимальная сумма баллов, которые магистрант может набрать за письменный опрос, составляет 1 балл.

Максимальная сумма баллов, которые магистрант может набрать за контрольную работу, составляет 1 балл.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачёта в 3 семестре по очной форме обучения и в 4 семестре по заочной форме обучения. Максимальная сумма баллов, которые магистрант может набрать за зачет, составляет 30 баллов.

#### Шкала оценивания зачета

| Уровень оценивания |       | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Зачет</b>       | 30-15 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Полное усвоение теоретического и практического материала, студентом даны исчерпывающие и обоснованные ответы на вопросы;</li> <li>- показано умение грамотно применять полученные теоретические знания в практических целях;</li> <li>- показано глубокое и творческое овладение основной и дополнительной литературой;</li> <li>- ответы отличаются четкостью и краткостью, мысли излагаются в необходимой логической последовательности.</li> </ul>                                                                    |
|                    | 15-5  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основное усвоение теоретического и практического материала, студентом даны полные, достаточно глубокие и обоснованные ответы на вопросы;</li> <li>- даны полные, но недостаточно обоснованные ответы на дополнительные вопросы;</li> <li>- показаны глубокие знания основной и недостаточные знания дополнительной литературы;</li> <li>- показано умение обосновывать высказываемые положения;</li> <li>- ответы в основном четкие и краткие, но в них не всегда выдерживалась логическая последовательность</li> </ul> |
|                    | 5-0   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- не выполнены условия, позволяющие оценить ответ как «удовлетворительно».</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

#### Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине формируется из суммы баллов по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации и выставляется в соответствии с приведенной ниже таблицей.

| Оценка по 100-балльной системе | Оценка системе |
|--------------------------------|----------------|
| 41 – 100                       | «зачтено»      |
| 0 - 40                         | «не зачтено»   |