

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 04.09.2020г. в 11:00
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b559fc69e2

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

Кафедра Спорта

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры

Протокол от «14» сентября 2020 г., № 11

Зав. кафедрой Е.В. Шустова Шустова Е.В.

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по учебной дисциплине

Профессиональное спортивное совершенствование

Направление подготовки

49.03.01 – Физическая культура

Профиль (программа подготовки) -
Спортивная тренировка

Мытищи
2020

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. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы 10
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций 11

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

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ОК-7 «способностью к самоорганизации и самообразованию»	Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 1. Основные понятия Физической культуры и спорта. Тема 2. Основные понятия спортивной подготовки: спорт, типы спорта, виды спорта, спортивная тренировка, тренированность, подготовленность. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. Прохождение практик Участие в научно-исследовательской работе и т.д.
ОК-8 «способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 4. Физические качества спортсмена. Тема 1. Выносливость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 2. Сила: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 3. Быстрота: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 4. Гибкость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. 2. Самостоятельная работа: Средства спортивной тренировки в избранном виде спорта; Методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.
ПК- 3 «способностью разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий»	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. Прохождение практик
ПК – 8 «способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической	Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел II. Соревновательная деятельность в избранном виде спорта. Тема 1. Содержание, особенности соревновательной техники в избранном виде спорта. Эволюция техники ИВС. 2. Самостоятельная работа студента. История возникновения избранного вида спорта. Современное состояние.

культуры и спорта»	
ПК-9 «способностью формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции»	Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел III. Система спортивных соревнований в избранном виде спорта. Тема 2. Правила соревнований в избранном виде спорта.
ПК 10 «способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся»	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 3. Методика отбора в избранном виде спорта. Тема 1. Спортивная ориентация и отбор в избранном виде спорта: понятие, характеристика, этапы. Тема 2. Модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта. Тема 3. Методика отбора в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Контроль спортивной подготовки 3. Прохождение практик
ПК-11 «способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта»	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. 3. Прохождение практик
ПК 13 «способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию»	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел V. Отбор и ориентация в избранном виде спорта. Тема 2. Модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта. Тема 3. Методика отбора в избранном виде спорта. Самостоятельная работа: Методика развития двигательных качеств в ИВС; Контроль в спортивной тренировке. Прохождение практик.
ПК-14 «способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности»	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 4. Физические качества спортсмена. Тема 1. Выносливость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, чувствительные периоды. Тема 2. Сила: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, чувствительные периоды. Тема 3. Быстрота: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, чувствительные периоды. Тема 4. Гибкость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, чувствительные периоды. 2. Самостоятельная работа: Средства спортивной

	тренировки в избранном виде спорта; Методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.
ПК-15 «способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму»	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел III. . Система спортивных соревнований в избранном виде спорта. Тема 2. Правила соревнований в избранном виде спорта. Тема 3. Организация и судейство соревнований в избранном виде спорта. Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. Раздел VIII. Профилактика травматизма в избранном виде спорта. Тема 1. Причины травматизма в в избранном виде спорта. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. Прохождение практики.

		понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 2. Сила: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 3. Быстроход: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 4. Гибкость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. 2. Самостоятельная работа: Средства спортивной тренировки в избранном виде спорта; Методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.	двигательных способностей. Уметь: - осуществлять контроль двигательной подготовленности (тестирование); - составлять комплексы упражнений для развития двигательных качеств. Владеть: - методикой развития ведущих двигательных способностей в избранном виде спорта;	и разработка процедуры тестирования; 2. Составление комплексов упражнений для развития ведущих двигательных способностей ей; 2. Выполнение контрольных нормативов по двигательной подготовке.	41-60б.
ПК- 3 «способностью разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий»	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном	Знать: - этапы формирования двигательных действий; - структуру обучения двигательным действиям; основные физические качества и двигательные способности человека; - сенситивные периоды в развитии двигательных способностей; Уметь: - определять причины возникновения ошибок в процессе	1. Составление комплексов упражнений для развития ведущих двигательных	

		виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. Прохождение практик.	обучения и совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; - осуществлять контроль двигательной подготовленности (тестирование).	способность ей; 2. Составление планов-конспектов тренировочных занятий.	
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. Прохождение практик.	Знать: - этапы формирования двигательных действий; - структуру обучения двигательным действиям; основные физические качества и двигательные способности человека; - сенситивные периоды в развитии двигательных способностей; Уметь: - определять причины возникновения ошибок в процессе обучения и совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; - осуществлять контроль двигательной подготовленности (тестирование). Владеть: - методикой разработки планов тренировочных занятий для спортсменов различной квалификации	1. Составление комплексов упражнений для развития ведущих двигательных способностей ей; 2. Составление планов-конспектов тренировочных занятий	61-100б.
ПК – 8 «способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел II. Соревновательная деятельность в избранном виде спорта. Тема 1. Содержание, особенности соревновательной техники в избранном виде спорта.	Знать: - истоки и эволюцию теории спортивной тренировки избранного вида спорта; Уметь: - демонстрировать технику избранного вида спорта;	Реферат	41-60б..

биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта»»	Продвинутый	Эволюция техники ИВС. Самостоятельная работа студента. История возникновения избранного вида спорта. Современное состояние. 1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел II. Соревновательная деятельность в избранном виде спорта. Тема 1. Содержание, особенности соревновательной техники в избранном виде спорта. Эволюция техники ИВС. Самостоятельная работа студента. История возникновения избранного вида спорта. Современное состояние.	Знать: - истоки и эволюцию теории спортивной тренировки избранного вида спорта; Уметь: - демонстрировать технику избранного вида спорта; Владеть: - методикой контроля (тестирования) подготовленности спортсмена (физической, технической, тактической, интегральной и др.) в избранном виде спорта.	Реферат	61-100б.
	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел III. Система спортивных соревнований в избранном виде спорта. Тема 2. Правила соревнований в избранном виде спорта.	Знать: - истоки и эволюцию теории спортивной тренировки избранного вида спорта; - правила соревнований, особенности организации и проведения соревнований по избранному виду спорта для спортсменов различного возраста и спортивной квалификации. Уметь: - организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта и массовые физкультурно-спортивные мероприятия.	1. Участие в организации и проведении соревнований	41-60б.
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел III. Система спортивных соревнований в избранном виде спорта. Тема 2. Правила соревнований в избранном виде спорта.	Знать: - истоки и эволюцию теории спортивной тренировки избранного вида спорта; - правила соревнований, особенности организации и проведения соревнований по избранному виду спорта для спортсменов различного возраста и спортивной квалификации.		61-100б.

			Уметь: - организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта и массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Владеть: - навыками воспитания мотивации и принципы честной спортивной борьбы.		
ПК 10 «способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся»	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 3. Методика отбора в избранном виде спорта. Тема 1. Спортивная ориентация и отбор в избранном виде спорта: понятие, характеристика, этапы. Тема 2. Модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта. Тема 3. Методика отбора в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Контроль спортивной подготовки 3. Прохождение практик	Знать: - этапы спортивного отбора; - модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта; Уметь: - организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта и массовые физкультурно-спортивные мероприятия.	1. Теоретическое тестирование 2. Разработка документов для проведения соревнований, спортивных праздников	41-606.
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 3. Методика отбора в избранном виде спорта. Тема 1. Спортивная ориентация и отбор в избранном виде спорта: понятие, характеристика, этапы. Тема 2. Модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта. Тема 3. Методика отбора в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Контроль спортивной подготовки 3. Прохождение практик	Знать: - этапы спортивного отбора; - модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта; Уметь: - организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта и массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Владеть: - методикой отбора в избранном виде спорта; - методикой контроля (тестирования) подготовленности спортсмена (физической, технической, тактической, интегральной и др.) в		61-1006.

ПК-11 «способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта»	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. Прохождение практик	Знать - этапы формирования двигательных действий; - структуру обучения двигательным действиям; - основные физические качества и двигательные способности человека; - сенситивные периоды в развитии двигательных способностей. Уметь: - определять причины возникновения ошибок в процессе обучения и совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта.	1. Оценка за выполнение заданий учебной практики: составлены планы-конспекты тренировочных занятий	41-60б.
Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. 2. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ. Прохождение практик	Знать - этапы формирования двигательных действий; - структуру обучения двигательным действиям; - основные физические качества и двигательные способности человека; - сенситивные периоды в развитии двигательных способностей. Уметь: - определять причины возникновения ошибок в процессе обучения и совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта.	1. Оценка за выполнение заданий учебной практики: составлены планы-конспекты тренировочных занятий	61-100б.	

ПК 13 «способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию»			Владеть: - методикой начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта; - методикой совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; - методикой исправления ошибок, возникающих в процессе обучения и совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; - методикой подготовки документации для осуществления учебного процесса в избранном виде спорта в учреждениях дополнительного образования.		
	пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел V. Отбор и ориентация в избранном виде спорта Тема 2. Модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта. Тема 3. Методика отбора в избранном виде спорта. Самостоятельная работа: Методика развития двигательных качеств в ИВС; Контроль в спортивной тренировке. Прохождение практик.	Знать: - этапы спортивного отбора; - модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта; – основные физические качества и двигательные способности человека; - сенситивные периоды в развитии двигательных способностей. Уметь: - осуществлять контроль двигательной подготовленности (тестирование); - осуществлять контроль технической, тактической подготовленности.	Составлены батареи тестов для определения уровня подготовленности	41-60б.
	продвинутый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел V. Отбор и ориентация в избранном виде спорта Тема 2. Модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта. Тема 3. Методика отбора в избранном виде спорта.	Знать: - этапы спортивного отбора; - модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта; – основные физические качества и двигательные способности человека; - сенситивные периоды в развитии двигательных способностей. Уметь: - осуществлять контроль	Составлены батареи тестов для определения уровня подготовленности	61-100б.

ПК-14 «способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности»	пороговый	Самостоятельная работа: Методика развития двигательных качеств в ИВС; Контроль в спортивной тренировке. Прохождение практик.	двигательной подготовленности (тестирование); - осуществлять контроль технической, тактической подготовленности. Владеть:- методикой совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; - методикой контроля (тестирования) подготовленности спортсмена (физической, технической, тактической, интегральной и др.) в избранном виде спорта; - методикой подготовки документации для осуществления учебного процесса в избранном виде спорта в учреждениях дополнительного образования.		
		1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 4. Физические качества спортсмена. Тема 1. Выносливость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 2. Сила: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 3. Быстрота: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 4. Гибкость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. 2. Самостоятельная работа: Средства	Знать: - правила соревнований, особенности организации и проведения соревнований по избранному виду спорта для спортсменов различного возраста и спортивной квалификации Уметь: - демонстрировать технику избранного вида спорта; определять причины возникновения ошибок в процессе обучения и совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта.	Выполнять контрольные нормативы по физической, технической и др. видам подготовки	41-60б.

		спортивной тренировки в избранном виде спорта; Методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.			
	продвинутый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел 4. Физические качества спортсмена. Тема 1. Выносливость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 2. Сила: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 3. Быстрота: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. Тема 4. Гибкость: понятие, характеристика, физиологические основы, виды выносливости, сенситивные периоды. 2. Самостоятельная работа: Средства спортивной тренировки в избранном виде спорта; Методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.	Знать: - правила соревнований, особенности организации и проведения соревнований по избранному виду спорта для спортсменов различного возраста и спортивной квалификации Уметь: - демонстрировать технику избранного вида спорта; определять причины возникновения ошибок в процессе обучения и совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта. Владеть: - техникой избранного вида спорта; - тактикой избранного вида спорта.	Выполнять контрольные нормативы по физической, технической и др. видам подготовки; участвовать в соревнованиях	61-1006.
ПК-15 «способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать»	пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел III. Система спортивных соревнований в избранном виде спорта. Тема 2. Правила соревнований в избранном виде спорта. Тема 3. Организация и судейство соревнований в избранном виде спорта. Раздел VI. Обучение двигательным	Знать: - модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта; – основные физические качества и двигательные способности человека. Уметь: - демонстрировать технику избранного вида спорта; - осуществлять контроль двигательной подготовленности (тестирование); - осуществлять контроль технической,	Выполнять контрольные нормативы по физической, технической и др. видам	41-606.

спортивную форму»		действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. Раздел VIII. Профилактика травматизма в избранном виде спорта. Тема 1. Причины травматизма в в избранном виде спорта. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ.	тактической подготовленности;	подготовки; участвовать в соревнованиях	
продвинутый	продвинутый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, лаб. работы и т.д.) Раздел III. Система спортивных соревнований в избранном виде спорта. Тема 2. Правила соревнований в избранном виде спорта. Тема 3. Организация и судейство соревнований в избранном виде спорта. Раздел VI. Обучение двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 2. Методика начального обучения двигательным действиям в избранном виде спорта. Тема 3. Методика совершенствование двигательных действий в избранном виде спорта. Раздел VIII. Профилактика травматизма в избранном виде спорта. Тема 1. Причины	Знать: - модельные характеристики спортсменов (команд) в избранном виде спорта; – основные физические качества и двигательные способности человека. Уметь: - демонстрировать технику избранного вида спорта; - осуществлять контроль двигательной подготовленности (тестирование); - осуществлять контроль технической, тактической подготовленности; Владеть:- методикой совершенствования двигательных действий в избранном виде спорта; - методикой развития ведущих двигательных способностей в избранном виде спорта; - методами предупреждения травматизма на занятиях избранном видом спорта;- методами оказания первой	Выполнять контрольные нормативы по физической, технической и др. видам подготовки; участвовать в соревнованиях	61-100б.

		травматизма в избранном виде спорта. Самостоятельная работа: Методика проведения тренировочных занятий в ДЮСШ.	доврачебной помощи;		
--	--	---	---------------------	--	--

Шкала оценивания:
Пороговый уровень оценивания компетенций: 41-60 баллов;
Продвинутый уровень оценивания компетенций: 61-100 баллов.

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

1. Тематика рефератов.

7. Основные тенденции развития спорта и системы спортивной подготовки.
8. Формирование теории спорта. Становление и развитие научно-методических основ системы спортивной подготовки.
9. Спортивные результаты как атрибут спорта. Факторы и тенденции их динамики.
10. Социальные функции спорта и направления спортивного движения в обществе.
11. Система спортивных соревнований (на примере конкретного вида спорта). Соревновательная нагрузка в виде спорта. Нагрузка соревновательного упражнения.
12. Содержание и особенности соревновательной деятельности спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
13. Обоснование использования соревнований в совершенствовании тактической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
14. Обоснование теории «критических» периодов онтогенеза в совершенствовании методики воспитания двигательных способностей юных спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
15. Методика воспитания силовых способностей у спортсменов (на примере конкретного вида спорта). Методика воспитания быстроты спортсменов у спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
16. Методика воспитания двигательно-координационных способностей у спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
17. Отбор и ориентация спортсмена в многолетней подготовке. Отбор спортсмена в группы НП, УТГ, ГСС.
18. Обоснование содержания и форм спортивного отбора в видах спорта (на примере конкретного вида спорта).
19. Обоснование методики использования количественно-качественных показателей спортивных тестов для отбора детей в различные виды спорта (на примере конкретного вида спорта).
20. Контроль физических качеств спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
21. Контроль соревновательной деятельности в виде спорта.
22. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в виде спорта.

2. Вопросы для теоретического зачета

6 семестр

1. Классификация соревнований;
2. Система соревнований в избранном виде спорта;
3. Характеристика классификационной системы в избранном виде спорта;
4. Краткая характеристика спортивных сооружений для избранного вида спорта;
5. Инвентарь и оборудование для проведения соревнований;
6. Дисквалификация;
7. Протесты и апелляция;
8. Действительность результатов соревнований;
9. Определение победителя;
10. Правила соревнований по избранному виду спорта;
11. Обязанности главного судьи соревнований;
12. Обязанности директора, коменданта, рефери;
13. Особенности проведения соревнований в общеобразовательных учреждениях;

14. Особенности проведения массовых соревнований;
15. Проведение соревнований в детских оздоровительных лагерях;
16. Особенности проведения соревнований с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья;
17. Проведение спортивных праздников.

3. Экзаменационные вопросы.

7 семестр

1. Спортивная тренировка как педагогический процесс: цель, задачи, основные функции и структура.
2. Общая характеристика основных сторон, видов и разновидностей спортивной подготовки.
3. Проблема всесторонней подготовки в спорте.
4. Специальная физическая подготовка: цель, задачи, характеристика средств и методов.
5. Соотношение средств общей и специальной физической подготовки.
6. Оптимальный подбор наиболее эффективных средств и методов общей и специальной физической подготовки.
7. Средства физической подготовки спортсменов: принципы подбора и классификация.
8. Основы обучения двигательным действиям: принципы, средства, методы.
9. Метод целостно-конструктивного упражнения.
10. Метод расчленено-конструктивного упражнения.
11. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
12. Обще-подготовительные и специально-подготовительные упражнения.
13. Сущность вспомогательных и подводящих упражнений.
14. Эффективные средства и методы в обучении техники.
15. Эффективные средства и методы при начальном обучении техники ИВС.
16. Использование имитационных движений. Использование специальных тренажеров.
17. Эффективные средства и методы в процессе совершенствования техники ИВС.
18. Круговой метод подготовки – задачи и форма организации.
19. Методы развития выносливости и повышения работоспособности.
20. Повторный метод – задачи и этапы подготовки.
21. Переменный метод.
22. Интервальный метод.
23. Метод прогрессирующих нагрузок.
24. Вариативный метод.
25. Контрольный метод.
26. Соревновательный метод.
27. Сущность, структура и общая характеристика спортивной нагрузки.
28. Виды физических нагрузок.
29. Нагрузка физическая и функциональная.
30. Психологическая нагрузка.
31. Сущность двигательного действия, физического воздействия и характеристика видов.
32. Принципы соответствия физических нагрузок.
33. Принцип соответствия психологических и функциональных нагрузок.
34. Принцип пороговых нагрузок.
35. Принцип сверхнагрузок.
36. Понятие форсированных нагрузок.
37. Возрастные особенности и физические нагрузки.
38. Отдых как основной компонент структуры физической нагрузки и характеристика

его видов.

39. Общая характеристика многолетней спортивной подготовки.
40. Сущность периодизации и этапности многолетней спортивной подготовки.
41. Основные этапы многолетней спортивной подготовки.
42. Сущность преемственности этапов многолетней спортивной подготовки.
43. Проблемы перехода из юношеского спорта во взрослый.
44. Понятие «спортивной формы» в системе многолетней спортивной подготовки.
45. Задачи и общая характеристика подготовки юных спортсменов на этапе предварительной подготовки.
46. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки.
47. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе спортивной специализации.
48. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе углубленной спортивной подготовки.
49. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования.
50. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.
51. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе спортивного долголетия.
52. Задачи и общая характеристика подготовки ветеранов спорта.
53. Общая характеристика средств и методов многолетней системы спортивной подготовки.
54. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе предварительной подготовки.
55. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки.
56. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе спортивной специализации.
57. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе углубленной спортивной подготовки.
58. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе спортивного совершенствования.
59. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.
60. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе спортивного долголетия.
61. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе предварительной подготовки.
62. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки.
63. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе спортивной специализации.
64. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе углубленной спортивной подготовки.
65. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе спортивного совершенствования.
66. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.
67. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе спортивного долголетия.
68. Влияние возрастных особенностей на работоспособность спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки.

69. Понятие и сущность спортивного отбора.
70. . Задачи спортивного отбора.
71. . Критерии спортивного отбора.
72. . Виды спортивного отбора.
73. . Методы спортивного отбора.
74. . Педагогические методы спортивного отбора.
75. . Психологические методы спортивного отбора.
76. . Социологические методы спортивного отбора.
77. . Медико-биологические методы спортивного отбора.
78. Требования к тестам: валидность, надежность, объективность, простота и доступность.
79. . Морфологические критерии спортивного отбора.
80. . Требования к уровню физической подготовленности при спортивном отборе.
81. . Паспортный и биологический возраст в спортивном отборе.
82. . Понятие спортивной одаренности и перспективности.
83. . Начальный спортивный отбор: основные задачи, методы, критерии.
84. . Перспективный спортивный отбор: основные задачи, методы, критерии.
85. . Соревновательный отбор.
86. . Этапы спортивного отбора.
87. . Прогнозирование в спорте.
88. . Основные задачи и виды спортивного прогнозирования.
89. . Особенности прогнозирования результатов в юношеском спорте.
90. . Особенности прогнозирования результатов в спорте высших достижений.
91. . Система спортивного отбора в сборные команды.
92. . Перспективы совершенствования системы отбора в сборные команды.
93. . Отбор – как составляющая многолетней спортивной подготовки.
94. . Документы, регулирующие спортивный отбор.
95. . Эффективность спортивного отбора и прогнозирования на различных этапах спортивной подготовки.
96. . Соревнование как эффективный критерий отбора.
97. . Объективные и необъективные критерии отбора.
98. Основные проблемы спортивного отбора.

Тематика курсовых работ

1. Общая и специальная физическая подготовка как основной компонент в структуре многолетней подготовки спортсменов.
2. Специальная физическая подготовка в структуре годичного цикла тренировочного процесса подготовки спортсменов различного возраста и квалификации.
3. Подготовка юных спортсменов – задачи, основные средства и методы.
4. Методика совершенствования технико-тактических действий в учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях у спортсменов различной квалификации.
5. Соревновательная деятельность как основа интегральной подготовки спортсменов в различных видах спорта.
6. Тесты и контрольные упражнения в совершенствовании и коррекции технической и физической подготовки спортсменов различной квалификации и различных возрастных групп.
7. Методика совершенствования технико-тактических действий в учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях у спортсменов различной квалификации.
8. Особенности воспитания двигательных качеств (быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость, координация, скоростно-силовые способности) на различных этапах подготовки (можно на примере одного двигательного качества).
9. Средства и методы восстановления и реабилитации при занятиях физической культурой и спортом.

10. Совершенствование технико-тактической подготовленности спортсменов в условиях соревновательной деятельности.
11. Биомеханические и кинематические основы техники двигательных действий в избранном виде спорта.
12. Система подготовки квалифицированных спортсменов в условиях ДЮСШ.
13. Педагогические, психологические, медико-биологические исследования и методы контроля за состоянием здоровья и спортивного совершенствования занимающихся.
14. Спортивная ориентация и отбор юных спортсменов на этапе начальной подготовки.
15. Цель и задачи учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки (предварительный, начальный этап специализации, углубленных этап специализации, спортивного совершенствования, этапы рассматривать отдельно).
16. Тренировочные и соревновательные нагрузки на определенном этапе спортивного совершенствования (По заданию).
17. Характеристика вида подготовки (ОФП, СФП, специальная, техническая, тактическая, психологическая – отдельно, по заданию).
18. Однопиковая и многопиковая подготовка в годичном цикле (на примере избранного вида спорта).
19. Годичный цикл учебно-тренировочного процесса – периодизация.
20. Характеристика мезоциклов – задачи и направленность.
21. Рациональное распределение мезоциклов в годичном цикле тренировочного процесса.
22. Виды и формы учебно-тренировочных нагрузок.
23. Принципы распределения учебно-тренировочных нагрузок (цикличность, волнообразность).
24. Методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.
25. Построение учебно-тренировочного процесса в подготовительном периоде годичного цикла (распределение средств, методов и нагрузок).
26. Построение учебно-тренировочного процесса в соревновательном периоде годичного цикла (распределение средств, методов и нагрузок).
27. Задачи и форма организации деятельности спортсменов в переходном периоде.
28. Задачи и содержание ОФП в подготовительном периоде учебно-тренировочного процесса.
29. Задачи и содержание СФП в подготовительном и соревновательном периоде тренировочного процесса.

3. Анализ подготовительных и подводящих упражнений в ИВС. (доклад и презентация).

Для циклических видов спорта и гимнастики.

максимум 15 баллов - проведено углубленное исследование части основного упражнения (подводящие упражнение) или подготовительного упражнения: анализ техники упражнения, анализ мышечных групп и суставов, участвующих в движении, последовательность их включения в работу, биохимическое обеспечение деятельности при различных методах использования исследуемого упражнения. Полученный в ходе исследования материал представлен в виде доклада с презентацией с обязательным включением материалов видеоанализа техники исследуемого упражнения (использование ИКТ-технологий).

12 баллов - проведено углубленное исследование части основного упражнения (подводящие упражнение) или подготовительного упражнения: анализ техники упражнения, при анализе мышечных групп и суставов, участвующих в движении допущены некоторые неточности в последовательности их включения в работу, биохимическое обеспечение деятельности при различных методах использования исследуемого упражнения. Полученный в ходе исследования материал представлен в виде

доклада с презентацией с обязательным включением материалов видеоанализа техники исследуемого упражнения (использование ИКТ-технологий).

9 баллов - проведено углубленное исследование части основного упражнения (подводящие упражнения) или подготовительного упражнения: анализ техники упражнения, при анализе мышечных групп и суставов, участвующих в движении допущены некоторые неточности в последовательности их включения в работу, биохимическое обеспечение деятельности представлено только при одном методе использования исследуемого упражнения. Полученный в ходе исследования материал представлен в виде доклада с презентацией с обязательным включением материалов видеоанализа техники исследуемого упражнения (использование ИКТ-технологий).

Для спортивных игр.

Критерии оценивания комплекса упражнений выполненного студентами.

15 баллов максимум - в комплексе представлено не менее 10 упражнений, которые соответствуют этапу обучения техническому приему (тактическому действию). Проведен анализ техники упражнения, анализ мышечных групп и суставов, участвующих в движении, последовательность их включения в работу, биохимическое обеспечение деятельности использования исследуемого упражнения. Каждое упражнение имеет ясную цель и задачу. Выполнение упражнения имеет точное и понятное описание (расположение игроков в спортивном зале, на площадке, относительно друг друга, указаны перемещения игроков, направление полета мяча и т.д.) некоторые сопровождаются наглядной схемой. Представлены различные упражнения (специально-подготовительные - для развития специальных физических качеств под конкретный прием, подводящие, имитационные, по технике (тактике)). Полученный в ходе исследования материал представлен в виде доклада с презентацией с обязательным включением материалов видеоанализа техники исследуемого упражнения (использование ИКТ-технологий).

12 баллов - в комплексе представлено 8 упражнений, которые соответствуют этапу обучения техническому приему (тактическому действию). Проведен анализ техники упражнения, анализ мышечных групп и суставов, участвующих в движении, биохимическое обеспечение деятельности при использовании исследуемого упражнения. Каждое упражнение имеет ясную цель и задачу. Выполнение упражнения не имеет достаточно точного и понятного описания (расположение игроков в спортивном зале, на площадке, относительно друг друга, указаны перемещения игроков, и направление полета мяча), ни одно упражнение не сопровождается наглядной схемой. Представлены различные упражнения (специально-подготовительные - для развития специальных физических качеств под конкретный прием, подводящие, имитационные, по технике (тактике)). Полученный в ходе исследования материал представлен в виде доклада с презентацией с обязательным включением материалов видеоанализа техники исследуемого упражнения (использование ИКТ-технологий).

9 баллов - комплекс состоит из 5-6 упражнений, которые частично соответствуют этапу обучения техническому приему (тактическому действию). Проведен анализ техники упражнения, анализ мышечных групп и суставов, участвующих в движении, биохимическое обеспечение деятельности при использовании исследуемого упражнения. 1-2 из представленных упражнений не имеет достаточно ясную цель и задачу.

Выполнение упражнения не имеет достаточно точного и понятного описания (расположение игроков в спортивном зале, на площадке, относительно друг друга, указаны перемещения игроков, и направление полета мяча), ни одно упражнение не сопровождается наглядной схемой. Представлены различные упражнения (специально-подготовительные - для развития специальных физических качеств под конкретный прием, подводящие, имитационные, по технике (тактике)). Полученный в ходе исследования материал представлен в виде доклада с презентацией с обязательным включением материалов видеоанализа техники исследуемого упражнения (использование ИКТ-технологий).

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Текущий контроль (бсеместр).

Посещение и активность на практических занятиях от 1 до 3 баллов за 1 занятие – 15-25 баллов.

Защита реферата – 3- 5 баллов

Выполнение контрольных нормативов по общефизической, специальной физической и технической подготовке, участие в соревнованиях 10-20б.

Разработка документации для судейства соревнований: положение о соревнованиях, программы соревнований, судейских протоколов, заявок и др. – 6-10.

Разработка сценария спортивно-массового мероприятия – 3-5 баллов.

Подготовка плана-конспекта тренировочного занятия и его проведение – 10-15б.

Судейство соревнований – максимум 3-5 баллов.

Ответ на теоретическом зачете – максимум 10-15 баллов.

ИТОГО: максимум 100 баллов.

Зачет выставляется, если студент набрал за все формы работы более 60 баллов.

Текущий и итоговый контроль (7 семестр).

Посещение и активность на практических занятиях от 1 до 3 баллов за 1 занятие – 10-20 баллов.

Выполнение контрольных нормативов по общефизической, специальной физической и технической подготовке – 5-10баллов.

Проведение в качестве тренера тренировочных заданий: комплексов общеразвивающих, подводящих, подготовительных упражнений, тестирование подготовленности спортсменов различной квалификации, в том числе, для спортивного отбора в ДЮСШ и др. – 5-10б.

Разработка учебной документации: составление комплексов упражнений ОФП, СФП, подводящих упражнений, батарей тестов для определения уровня подготовленности спортсменов различной квалификации, планов-конспектов частей и целого тренировочного занятия и др. –10-20 баллов.

Ответ на экзамене –21-40 баллов.

ИТОГО: максимум 100 баллов.

Итоговая оценка выставляется за все виды работ: «удовлетворительно» - 51-60баллов; «хорошо» - 61-80баллов; «отлично» - 81-100баллов.