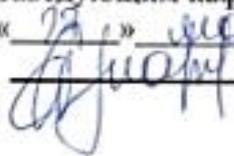


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:11:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559f60e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта

Утверждено
Заведующим кафедры
« 24 » октября 2023 г.
 /Матвеев А.П./

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

«Психологическое сопровождение тренировочного процесса»

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль:

Физическая культура и дополнительное образование

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования.....	3
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций.....	4
3. Типовые контрольные задания.....	12
4. Методические материалы.....	14

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

Выпускник по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профиль «Физическая культура и дополнительное образование» с квалификацией (степенью) «бакалавр» должен обладать следующими компетенциями

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ПК-2 – Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность.	1.Работа на учебных занятиях. 2.Самостоятельная работа.
ППК-2 – Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	1.Работа на учебных занятиях. 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-2	Пороговый этап	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - характеристику психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося, средства и методы развития когнитивной, эмоционально-волевой, мотивационной, регуляторной, операционально-технической сфер личности в условиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности; - закономерности процессов обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей обучающихся; методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте; методы организации и особенности проведения научно-исследовательской работы в области психологии физического воспитания и спорта <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создавать здоровьесберегающую образовательную среду с учетом психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося, ее возрастных особенностей, возможностей и предрасположенностей; 	Устный опрос, Реферат, Презентация, Лабораторные работы	<p><i>Шкала оценивания устных опросов, Шкала оценки написания реферата, Шкала оценивания презентации, Шкала и критерии оценивания лабораторных работ</i></p>

			<ul style="list-style-type: none"> - применять психологические знания в процессе обучения различных категорий обучающихся двигательным действиям и развитию физических качеств на физкультурно-спортивных занятиях; - планировать мероприятия по психолого-педагогическому просвещению личности и обеспечению физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий с различными контингентами занимающихся; - организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по психологическим проблемам в области физического воспитания и спорта; - анализировать особенности консультационной деятельности по вопросам психологического обеспечения физического воспитания и спортивного совершенствования личности - навыками работы со справочной и специальной литературой по совершенствованию процессов обучения, воспитания, тренировки, развития средствами психологии физической культуры и спорта; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами организации эффективного взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной деятельности с учетом их личностных особенностей; - способами оптимизации психологического климата в условиях сотрудничества и профессиональной коммуникации; - психологическими знаниями для решения практических задач, связанных с социокультурными процессами в области физической культуры и спорта. 		
	Продвинут	1.Работа на	Уметь:	Устный опрос,	<i>Шкала</i>

	ый этап	учебных занятиях. 2.Самостоятельная работа.	<p>- характеристику психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося, средства и методы развития когнитивной, эмоционально-волевой, мотивационной, регуляторной, операционально-технической сфер личности в условиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности;</p> <p>- закономерности процессов обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей обучающихся;</p> <p>методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте;</p> <p>методы организации и особенности проведения научно-исследовательской работы в области психологии физического воспитания и спорта</p> <p>Уметь:</p> <p>- создавать здоровьесберегающую образовательную среду с учетом психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося, ее возрастных особенностей, возможностей и предрасположенностей;</p> <p>- применять психологические знания в процессе обучения различных категорий обучающихся двигательным действиям и развитию физических качеств на физкультурно-спортивных занятиях;</p> <p>- планировать мероприятия по психолого-педагогическому просвещению личности и обеспечению физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий с различными контингентами занимающихся;</p>	Реферат, Презентация, Лабораторные работы	<i>оценивания устных опросов, Шкала оценки написания реферата, Шкала оценивания презентации, Шкала и критерии оценивания лабораторных работ</i>
--	---------	--	--	---	---

			<ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по психологическим проблемам в области физического воспитания и спорта; - анализировать особенности консультационной деятельности по вопросам психологического обеспечения физического воспитания и спортивного совершенствования личности - навыками работы со справочной и специальной литературой по совершенствованию процессов обучения, воспитания, тренировки, развития средствами психологии физической культуры и спорта; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами организации эффективного взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной деятельности с учетом их личностных особенностей; - способами оптимизации психологического климата в условиях сотрудничества и профессиональной коммуникации; - психологическими знаниями для решения практических задач, связанных с социокультурными процессами в области физической культуры и спорта. 		
ППК-2	Пороговый этап	1.Работа на учебных занятиях. 2.Самостоятельная работа.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - тестирование как метод исследования - метрологические требования к тестам <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в выборе тестов - определить адекватность тестов при определении ОФП и СФП <p>СФП</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять предпроектные исследования, разработку и их обоснование 	Устный опрос, Реферат, Презентация, Лабораторные работы	<i>Шкала оценивания устных опросов, Шкала оценки написания реферата, Шкала</i>

			<ul style="list-style-type: none"> - обобщать, анализировать и воспринимать информацию <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Методами массового и индивидуального отбора в виде спорта - Методами контроля и оценки физической подготовленности обучающихся - алгоритм постановки цели и выбор путей её достижения - технологией определения PWC170 и МПК и их связью с состоянием сердечно-сосудистой и дыхательной системами 		<i>оценивания презентации, Шкала и критерии оценивания лабораторных работ</i>
Продвинутый этап	<p>1. Работа на учебных занятиях.</p> <p>2. Самостоятельная работа.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - тестирование как метод исследования - метрологические требования к тестам <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в выборе тестов - определить адекватность тестов при определении ОФП и СФП <p>Выполнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять предпроектные исследования, разработку и их обоснование <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обобщать, анализировать и воспринимать информацию <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Методами массового и индивидуального отбора в виде спорта - Методами контроля и оценки физической подготовленности обучающихся - алгоритм постановки цели и выбор путей её достижения - технологией определения PWC170 и МПК и их связью с состоянием сердечно-сосудистой и дыхательной системами 	Устный опрос, Реферат, Презентация, Лабораторные работы	<i>Шкала оценивания устных опросов, Шкала оценки написания реферата, Шкала оценивания презентации, Шкала и критерии оценивания лабораторных работ</i>	

Шкала оценки написания реферата

Критерии оценивания	Количество баллов
Содержание соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	9-10 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	3-5 баллов

Шкала оценивания устных опросов

Баллы	Критерии оценивания
5	<ul style="list-style-type: none"> - полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; - излагает материал последовательно и правильно
4	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
3	<p>обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:</p> <ul style="list-style-type: none"> - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно

2	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.
---	--

Шкала оценивания презентации

<p>5 «отлично»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки
<p>4 «хорошо»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки
<p>3 «удовлетворительно»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки

2 «неудовлетворительно»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки
--	---

Шкала и критерии оценивания лабораторных работ.

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

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

Примерные вопросы для устного опроса

1. Что такое психологическое сопровождение спортивной деятельности, его мероприятия и этапы?
2. В чём суть индивидуализации психологических воздействий?
3. Классифицируйте мероприятия психодиагностики, психорегуляции, психопрофилактики реабилитации в системе психологической подготовки.
4. В чём заключается общая психологическая подготовка? Назовите её цели, задачи, мероприятия
5. Как происходит формирование индивидуального стиля деятельности?
6. Перечислите индивидуальные сбивающие факторы для конкретного спортсмена (или занимающегося физкультурно-оздоровительной деятельностью, либо активным отдыхом). Разработайте рекомендации по их профилактике.
7. Как осуществляется формирование целостной системы саморегуляции?
8. В чём заключается психологическая подготовка к конкретному соревнованию?
9. Определите индивидуальные критерии состояния готовности конкретного спортсмена.
10. Определите индивидуальные критерии оптимального состояния у конкретного человека, занимающегося физкультурно-оздоровительной деятельностью, либо активным отдыхом).

Примерные темы лабораторных работ

1. Специфика психологического сопровождения в (конкретный вид спорта, физкультурно-оздоровительной деятельности или активного отдыха).
2. Особенности психодиагностики в ... (конкретный вид спорта, физкультурно-оздоровительной деятельности или активного отдыха).
3. Особенности психопрофилактической работы в (конкретный вид спорта, физкультурно-оздоровительной деятельности или активного отдыха).
4. Психорегуляция в (конкретный вид спорта, физкультурно-оздоровительной деятельности или активного отдыха)
5. Формирование самоконтроля у спортсменов разного (пола, возраста, квалификации).
6. Особенности саморегуляции в (указывается конкретный вид спорта, физкультурно-оздоровительной деятельности или активного отдыха).
7. Дезадаптация и реабилитация в (указывается конкретный вид спорта, физкультурно-оздоровительной деятельности или активного отдыха).
8. Психологическое сопровождение спортсменов разного (пола, возраста, квалификации).
9. Психологическое сопровождение спортивно-оздоровительной деятельности за рубежом.
10. Как осуществляется актуализация приёмов самоконтроля и самоуправления в тренировочной и соревновательной деятельности.

Примерная тематика рефератов

1. Психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Цели, задачи и содержание мероприятий психологической подготовки к конкретному соревнованию.
2. Оперативная психологическая подготовка. Понятие «оперативное

психологическое вмешательство», специфика мероприятий оперативной психологической подготовки.

3. Психодиагностика в спорте.
4. Психодиагностика в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.
5. Психопрофилактика в спорте.
6. Психопрофилактика в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.
7. Психорегуляция в спорте.
8. Психорегуляция в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.
9. Динамика работоспособности.

Примерные темы презентаций

1. Виды психологического сопровождения спортсменов.
2. Особенности психологического сопровождения в тренировочной и соревновательной деятельности.
3. Организация мероприятий психологической подготовки конкретного спортсмена.
4. Общая психологическая подготовка. Цели, задачи и содержание мероприятий общей психологической подготовки.
5. Психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Цели, задачи и содержание мероприятий психологической подготовки к конкретному соревнованию.
6. Оперативная психологическая подготовка. Понятие «оперативное психологическое вмешательство», специфика мероприятий оперативной психологической подготовки.
7. Психодиагностика в спорте.
8. Психодиагностика в физкультурно-оздоровительной деятельности в дополнительном образовании.
9. Понятие саморегуляции. Осознаваемая и неосознаваемая саморегуляция.
10. Саморегуляция как средство реабилитации.
11. Индивидуализированные программы психологической подготовки спортсмена к соревнованиям, их разработка и реализация.
12. Психологическое сопровождение на разных этапах карьеры спортсмена.
13. Разработка и реализации программ психологического сопровождения в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.

Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине

1. Понятие «психологическое сопровождение спортивно-оздоровительной деятельности». Цели, задачи и мероприятия психологического сопровождения.
2. Виды психологического сопровождения спортсменов.
3. Особенности психологического сопровождения в тренировочной и соревновательной деятельности.
4. Организация мероприятий психологической подготовки конкретного спортсмена.
5. Общая психологическая подготовка. Цели, задачи и содержание мероприятий общей психологической подготовки.
6. Психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Цели, задачи и содержание мероприятий психологической подготовки к конкретному соревнованию.
7. Оперативная психологическая подготовка. Понятие «оперативное психологическое вмешательство», специфика мероприятий оперативной психологической

подготовки.

8. Психодиагностика в спорте.
9. Психодиагностика в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.
10. Психопрофилактика в спорте.
11. Психопрофилактика в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.
12. Психорегуляция в спорте.
13. Психорегуляция в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.
14. Динамика работоспособности.
15. Деадаптация и ее виды.
16. Интенсивность, длительность и качественное своеобразие деадаптации.
17. Понятие реабилитации. Внешние факторы, способствующие реабилитации.
18. Активный отдых как основное средство реабилитации.
19. Основные понятия теории регулирования.
20. Понятие самоконтроля. Концепция Г.С. Никифорова.
21. Понятие саморегуляции. Осознаваемая и неосознаваемая саморегуляция.
22. Саморегуляция как средство реабилитации.
23. Индивидуализированные программы психологической подготовки спортсмена к соревнованиям, их разработка и реализация.
24. Психологическое сопровождение на разных этапах карьеры спортсмена.
25. Разработка и реализации программ психологического сопровождения в физкультурно-оздоровительной деятельности и активном отдыхе.

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

Формами текущего контроля являются: устный опрос, письменный опрос, реферат и презентация.

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение освоения дисциплины, равняется 80 баллов.

Формами промежуточной аттестации является зачет, который проходит в форме устного собеседования по вопросам

Шкала оценивания зачета

Баллы	Критерии оценивания
20	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; - излагает материал последовательно и правильно
15	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в 20 баллов, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
10	обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении

	<p>понятий или формулировке правил;</p> <ul style="list-style-type: none"> - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно
5	<p>обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Отмечаются такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.</p>

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа обучающегося в течение всего срока освоения дисциплины, а также баллы на промежуточной аттестации.

Баллы, полученные обучающимися в течение освоения дисциплины	Оценка по дисциплине
41 – 100	Зачтено
0 - 40	Не зачтено