

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»**

Кафедра *Гуманитарных дисциплин*



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УВР
П.Ф.Зубаилова
«29» мая 2023 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

*По дисциплине Б1.В.14
«Проблема отбора и высшего спортивного мастерства в виде спорта»*

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) программы бакалавриата:
«Физическая культура»

Квалификация (степень)
Бакалавр

Форма обучения

Заочная

Дербент
2023

Организация-разработчик: Частное образовательное учреждение высшего образования «Социально-педагогический институт» (ЧОУ ВО «СПИ»)

Разработчик:

Ст. преп. кафедры Гд Даниелян Г.Ю.

(занимаемая должность) (степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании кафедры

гуманитарных дисциплин

26 мая 2023 г., протокол № 11

Зав. кафедрой к.ф.н., доцент Ашимова А.Ф.

АННОТАЦИЯ

Фонд оценочных средств составлен на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **44.03.01 Педагогическое образование**.

ФОС предназначен для текущего и промежуточного контроля знаний студентов, обучающихся направленность (профиль) программы бакалавриата: «Физическая культура».

ФОС состоит из:

1. Перечень компетенций (или их индикаторов) с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
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;
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

С фондом оценочных средств можно ознакомиться на сайте ЧОУ ВО «Социально-педагогический институт» www.spi-vuz.ru

Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся.

1. Перечень компетенций (или их индикаторов) с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

ПК-4.1 - Владеет способами организации образовательной деятельности обучающихся при обучении начальному общему, основному общему, среднему общему образованию; основными и актуальными для современной системы образования теориями обучения, воспитания и развития детей младшего и среднего школьного возрастов; дидактическими основами, используемыми в учебно-воспитательном процессе в начальном общем, основном общем, среднем общем образовании;

ПК-4.3 - Применять теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности при проектировании образовательного процесса в системе начального общего, основного общего, среднего общего образования в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего и среднего возрастов.

№	Разделы	Контролируемые компетенции (или их индикаторы)	Оценочные средства
1	Научно-теоретические основы спортивного отбора в циклических видах спорта.	ПК-4.1; ПК-4.3	Тестирование, устный опрос, контрольная работа, реферат.
2	Критерии и методы спортивного отбора	ПК-4.1; ПК-4.3	Тестирование, устный опрос, контрольная работа, реферат.

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

№	Аббревиатура компетенции	Поведенческий индикатор	Оценочные средства
	ПК-4.1; ПК-4.3	Уровень знаний - структуру и предмет, основные понятия и категории теории спорта; - историю становления теории спорта, место и роль в системе дисциплин направления «Физическая культура»; - социальные функции и функциональные связи спорта, основные направления и формы спортивного движения, понимать закономерности развития спорта в современных условиях преобразования общества; - иметь представление об особенностях сложившейся системы подготовки спортсмена: ее целях и задачах, компонентах, критериях эффективности, управлении; - принципы, средства и методы эффективного	Тестирование, устный опрос, контрольная работа, реферат.

		<p>обучения и воспитания в спортивной тренировке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по виду спорта, достигнутых профессиональными спортсменами; - теорию и методику избранного вида спорта, спортивную биохимию и морфологию, физиологию спорта; - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта; - программу спортивной подготовки по виду спорта; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта <p>Уровень умений</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать полученные знания по предмету в своей педагогической работе; - вести учебно-воспитательный процесс с использованием теоретических и методических концепций современного педагогического процесса в спорте, владеть средствами, методами и приемами эффективного обучения и воспитания; - активно использовать эффективные средства, методы и методические приемы в обучении движениям и воспитании физических качеств; - использовать современные методы прогнозирования, планирования, организации, учета и контроля процесса спортивной тренировки; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом уровня подготовленности занимающихся, их функционального состояния; - анализировать индивидуальные результаты занимающегося на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - подбирать с учетом поставленных задач тренировочного процесса средства и методы тренировки на основе специфики избранного вида спорта, а также в соответствии с программой спортивной подготовки, возрастными и индивидуальными особенностями занимающихся. <p>Уровень навыков</p> <ul style="list-style-type: none"> - студенты обладают навыками обучения, 	
--	--	--	--

		необходимыми для усвоения знаний, навыков и умений по дисциплине, а также для получения дальнейшего образования.	
--	--	--	--

Описание шкалы оценивания

На экзамен

№	Оценка	Требования к знаниям
1	«отлично»	(«компетенции освоены полностью»)
2	«хорошо»	(«компетенции в основном освоены»)
3	«удовлетворительно»	(«компетенции освоены частично»)
4	«неудовлетворительно»	(«компетенции не освоены»)

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.

Вопросы для контрольных заданий:

1. Принцип волнообразности и вариативности нагрузок, его реализация в спортивной тренировке.
2. Принцип цикличности тренировочного процесса, его реализация в спортивной тренировке.
3. Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности, его реализация в спортивной тренировке.
4. Основные группы методов, используемых в подготовке спортсменов и их назначение. Критерии выбора методов спортивной тренировки.
5. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физических упражнений, их виды. Приемы дозирования и регулирования нагрузки в практике спортивной тренировки.
6. Методы, используемые в процессе физической подготовки спортсмена: строго регламентированного упражнения и частично регламентированного упражнения.
7. Методы, используемые в тактической подготовке спортсмена: словесные, наглядные, практические.
8. Методы, используемые в психологической подготовке спортсмена.
9. Методы, применяемые в технической подготовке спортсмена: неспецифические и специфические.
10. Методы интеллектуальной (теоретической) подготовки спортсменов.
11. Методы, применяемые в процессе интегральной подготовки.

Примерная тематика рефератов

1. Основные тенденции развития спорта и системы спортивной подготовки.
2. Формирование теории спорта. Становление и развитие научно-методических основ системы спортивной подготовки.
3. Спортивные результаты как атрибут спорта. Факторы и тенденции их динамики.
4. Социальные функции спорта и направления спортивного движения в обществе.
5. Система спортивных соревнований (на примере конкретного вида спорта). Соревновательная нагрузка в виде спорта. Нагрузка соревновательного упражнения.
6. Содержание и особенности соревновательной деятельности спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
7. Обоснование использования соревнований в совершенствовании тактической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).

8. Средства и методы спортивной тренировки (на примере конкретного вида спорта).
9. Тренировочные и соревновательные нагрузки, их классификация и компоненты (на примере конкретного вида спорта).
10. Закономерности и принципы спортивной тренировки.
11. Основные разделы в подготовке спортсмена. Стороны подготовленности, определяющие уровень спортивных достижений на различных этапах подготовки (на примере конкретного вида спорта).
12. Особенности специальной физической подготовки в виде спорта.
13. Обоснование теории «критических» периодов онтогенеза в совершенствовании методики воспитания двигательных способностей юных спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
14. Методика воспитания силовых способностей у спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
15. 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. Особенности средств подготовки на этапах годичного цикла, в многолетней подготовке спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
18. Задачи и содержание специальной технической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
19. Задачи и содержание специальной тактической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
20. Контроль соревновательной деятельности в виде спорта.

Тесты №1

Тест №1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Тест определяет силу рук хоккеистов. Выполнение. Испытуемый принимает положение упор лежа. Руки и тело выпрямлены. Из исходного положения согнуть руки, грудью слегка коснуться пола; затем руки снова полностью выпрямить (и. п. - сгибание - разгибание - и.п.).

Тест №2. Подтягивание на перекладине. Тест определяет силу рук хоккеистов. Выполнение. Испытуемый берется за перекладину хватом сверху, руки полностью выпрямлены и за счет силы рук, не рывком, подтягивается до тех пор, пока подбородок не окажется над перекладиной, и возвращается в исходное положение.

Тест №3. Бег на 60 м. Тест позволяет определить уровень скоростных качеств хоккеистов. (Скорость бега).

Выполнение. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу оба бегут вперед и на полной скорости пересекают линию финиша.

Тест №4. Бег на 300 м. Тест определяет уровень скоростной выносливости хоккеистов.

Выполнение. Так же, как и в предыдущем тесте.

Тест №5. Прыжок в длину с места. Тест позволяет определить уровень скоростно-силовых качеств нижних конечностей хоккеиста.

Выполнение. Спортсмен встает на стартовую линию, не наступая на нее, поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз слегка сгибая ноги, делает мах руками вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает прыжок вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Измеряется расстояние от дальнего края стартовой линии до ближайшего места, где спортсмен коснулся пола.

Тест №6. Комплексный тест на ловкость. Тест определяет специфическую ловкость хоккеиста.

Организация теста. Тест выполняется на дистанции 30 м. В 7 м от линии старта ставится легкоатлетический барьер высотой 60 см, через 3 м устанавливается еще один такой барьер, в 2 м от которого ставится стойка и далее через 2 м вперед и 1 м в сторону устанавливается еще 5 стоек.

Выполнение. Для проведения теста испытуемому предлагается встать спиной вперед по направлению к движению и по сигналу, последовательно выполнить два поворота, влево и вправо на 360 градусов, два кувырка спиной вперед, поворот на 180 градусов, кувырок вперед, перепрыгнуть через первый барьер, подлезть под второй барьер, выполнить слalomное обегание шести стоек, далее выполнить поворот на 180 градусов и пробежать спиной вперед до линии финиша.

Для оценки уровня специальной физической и технической подготовленности юных хоккеистов рекомендуются следующие контрольные испытания.

Тест №1. Бег на коньках 36 м. Тест позволяет определить уровень специальных скоростных качеств хоккеистов.

Выполнение. Испытуемый встает на линию старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу хоккеист катится вперед, стараясь преодолеть дистанцию как можно быстрее, и на полной скорости пересекает линию финиша.

Тест №2. Бег на коньках на 36 м спиной вперед. Тест позволяет определить уровень специальных скоростных качеств хоккеистов в передвижении на коньках спиной вперед.

Выполнение. Так же, как и в предыдущем тесте, только бег спиной вперед.

Тест №3. Челночный бег на коньках 9 м х 6. Тест позволяет определить уровень скоростно-силовых качеств и техники передвижения на коньках, а также технику торможений.

Выполнение. Испытуемый встает к линии старта (синяя линия зоны на хоккейном поле) так, чтобы коньки и клюшка находились на ней. По сигналу хоккеист катится вперед до отметки 9 м, где выполняет резкое торможение и повторяет рывок в обратном направлении до линии старта, таким образом пробегает девятиметровый отрезок шесть раз. Необходимо напомнить испытуемому, что результат теста не будет засчитан, если он, прежде чем повернуть в обратную сторону, не коснется коньками линии старта или противоположной линии.

Тест №4. Слalomное передвижение на коньках без шайбы. Тест позволяет оценить технику передвижения на коньках.

Выполнение. Испытуемый стартует с линии ворот и слalomным путем обегает 5 стоек, расположенных по периметру круга вбрасывания и синей линии. Прежде чем дать сигнал старта, надо убедиться, что коньки и клюшка игрока находятся за линией старта, что испытуемому известен маршрут, по которому он должен пройти.

Тест №5. Слalomное передвижение на коньках с шайбой.

Тест позволяет оценить технику передвижения на коньках и технику владения клюшкой.

Выполнение. Тест выполняется так же, как и предыдущий, но с ведением шайбы. Если испытуемый падает или теряет шайбу, результат теста аннулируется. При повторной попытке тест продолжается даже при падении и потере шайбы. Если стойка при касании ее игроком падает, ее необходимо сразу поставить на место. Для оценки техники владения клюшкой рекомендуется принимать во внимание разницу между выполнением упражнения с шайбой и без шайбы.

Для оценки уровня развития отдельных физических качеств по общей физической, специальной и технической подготовленности юных хоккеистов контрольные испытания следует проводить не менее четырех раз в год - в начале и конце соответствующего периода подготовки.

Программу тестирования в период ледовой подготовки рекомендуется расширить за счет включения контрольных испытаний на технику владения коньками и клюшкой. Целесообразно оценивать освоение юными хоккеистами технических элементов, предусмотренных программой обучения.

Следует заметить, что успешное выполнение контрольных испытаний еще не дает основания судить о том, будет ли юный хоккеист прогрессировать и в дальнейшем.

Тесты №2

1. Спорт (в широком понимании) — это:

А.вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;

Б.собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;

В.специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;

Г.педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

2. Укажите конечную цель спорта:

А.физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности;

Б.совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся;

В.выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей;

Г.развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

3. Вид спорта — это:

А.конкретное предметное соревновательное упражнение;

Б.специализированная соревновательная деятельность, в которой два или больше соперников стремятся победить друг друга при условии судейского контроля;

В.специальная спортивная дисциплина, призванная глубоко проникать в суть явлений физического воспитания, всесторонне раскрывать его закономерности;

Г.исторически сложившийся в ходе развития спорта вид соревновательной деятельности, сформировавшийся как самостоятельная ее составляющая.

4. В теории спорта классификация видов спорта на шесть групп составлена на основе:

А.структурной сложности двигательных действий;

Б.требований конкретного вида спорта к проявлению физических (двигательных) способностей;

В.особенностей предмета состязаний и характера двигательной активности;

Г.принадлежности конкретного вида спорта к той или иной зоне мощности, в рамках которой преимущественно выполняется соревновательное действие.

5.Число видов и разновидностей спорта весьма велико и продолжает увеличиваться. По характеру соревновательной деятельности их можно сгруппировать в пять типологических групп. Отметьте ту группу, которая не отображает особенности соревновательной деятельности...?

- А. виды спорта с высокоактивной двигательной деятельностью, достижения в которых зависят от физических качеств и психофизиологической активности спортсмена
- Б. виды спорта, предмет соревновательной деятельности, в которых составляют действия. Спортсмена в поражении специальных мишеней из специального стрелкового--оружия результатов модельно-конструкторской деятельности человека
- В. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой результатов абстрактно-логического обыгрывания соперника
- Г. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с материальным вознаграждением
- Д. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых составляют действия спортсмена по управлению техническими средствами перемещения
- Е. виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой

6. Спортивная тренировка — это:

- А. повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
- Б. планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;
- В. собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- Г. упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.

7. Деятельность, специфической формой которой является система состязаний, исторически сложившаяся преимущественно в области физической культуры общества как специальная сфера выявления и унифицированного сравнения человеческих возможностей, называется?

- А. научно-методической деятельностью
- Б. проектно-конструктивной деятельностью
- В. соревновательной деятельностью
- Г. тренировочной деятельностью
- Д. технологической и модельной деятельностью
- Е. ни один из ответов не дает правильного представления

8. В своем современном виде собственно соревновательная деятельность имеет ряд специфических особенностей. Ниже приведен ряд ответов, отображающих некоторые из них. Какой из ответов не характеризует черты соревновательной деятельности...?

- А. организация деятельности на основе системы соревнований с последовательным
- Б. возрастанием конкуренции и требований к достижениям
- В. унификация состава действий, посредством которых ведется состязание, условий их
- Г. выполнения и способов оценки достижений, что закрепляется официальными правилами в качестве общих норм состязаний
- Д. регламентация поведения соревнующихся в соответствии с принципами
- Е. неантагонистической конкуренции, которые имеют гуманную основу
- Ж. допускается в состязательной деятельности физическое давление одного из соперников с полным телесным контактом и нанесением удушающих приемов, как это принято в боях без правил, вплоть до полного уничтожения

9. Современная типология соревнований включает многие их виды и разновидности. Принято считать, что официальный характер соревнования приобретает в том случае, если оно характеризуется всеми признаками собственно соревновательной деятельности.

Отметьте те положения, которые неважны для такой интерпретации статуса соревнований....?

- А.включено в официальный спортивный календарь
- Б.организуется согласно официальному положению о соревнованиях
- в) проводится в соответствии с правилами соревнований
- В.обязательное наличие спортивной атрибутики, зрителей, болельщиков, телевидения, массовых средств коммуникации
- Г.обеспечивается квалифицированным спортивным арбитражем

10. Следует различать «спортивный результат» и «спортивное достижение». В чем состоит различие в этих понятиях...?

- А.спортивный результат показывается в соревнованиях, спортивное достижение Б.присваивается
- В.спортивный результат следует рассматривать как первостепенную цель спортивной Г.деятельности, спортивное достижение является вторичной целью спортивной деятельности
- Д.спортивный результат представляет собой показатель реализации спортивных Е.возможностей спортсмена, спортивное достижение не зависит от индивидуальной одаренности спортсмена
- Ж.в спортивном достижении всегда можно выделить наличный спортивный результат, однако не всякому спортивному результату может соответствовать спортивное достижение, а лишь превосходящему предыдущий результат
- З.спортивный результат зависит от материально-технических условий соревновательной деятельности, климатических факторов и естественно-средовых факторов, а спортивное достижение не зависит от перечисленных факторов

11. Укажите основную специфическую функцию спорта?

- А.соревновательная функция, когда соревнование направлено на определение иерархии мест соперников, в частности, определение победителя
- Б.эталонная функция спорта связана с оценкой резервных возможностей человеческого организма, реализованных в рекордах, спортивных достижениях, спортивных результатах
- В.эвристическая функция спорта проявляется в творческой, поисковой деятельности, приводящей к фиксации новых знаний о спортивных рекордах, спортивных достижениях
- Г.спорт как средство разностороннего развития, воспитания, подготовки к жизненной практике
- Д.оздоровительно-рекреативная функция проявляется в том, что спорт является одной из популярнейших форм организации здорового досуга, активного отдыха и развлечения
- Е.эстетическая функция утверждает спорт как зрелище, когда возрастает воздействия на эмоциональный мир человека.

12. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в видах спорта, характеризующихся активной двигательной деятельностью, являются:

- А.восстановительные средства (парная баня, массаж, гидро-процедуры);
- Б.продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;
- В.физические упражнения;
- Г.мобилизующие, корригирующие (поправляющие), релаксирующие средства.

13. В спортивной тренировке под термином метод следует понимать:

- А.наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса;
- Б.способ применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;

- В.исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса;
Г.конкретные указания тренеру о том, как нужно поступить в типичной педагогической ситуации.

14. Укажите пункты Положения о соревнованиях. Какой из ниже перечисленных пунктов не является обязательным в структуре Положения...?

- А.цели и задачи соревнований
Б.сроки и место проведения соревнований
В.руководство проведением соревнований
Г.требования к участвующим организациям, участникам соревнований и условия проведения
Д.условия подведения итогов
Ж.условия финансирования
З.все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях

15. Ниже приводится классификация соревнований по ведомственной принадлежности спортсменов. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...?

- А.профсоюзные
Б.армейские
В.коллективов физической культуры
Г.соревнования с параллельным зачетом

Вопросы для устного опроса

1. Актуальным проблемы специализированных направлений научного знания в области физической культуры и спорта: аспекты спортивного отбора.
2. Обзора научно-методических статей по актуальным проблемам и новым направлениям развития общей теории подготовки спортсменов в избранных видах спорта (игровых, сложно-координационных, силовых).
3. Научно-методологические основы построения моделей соревновательной деятельности.
4. Построение моделей подготовленности.
5. Проблема построения функциональных моделей.
6. Концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов.
7. Анализ новых концепций и парадигм в системе физической культуры и спорта и прогнозирования спортивных результатов.
8. Анализ статей по избранной проблеме, опубликованных в журнале «Теория и практика физической культуры».

Перечень вопросов к экзамену

- 1.Определение исходных понятий: «спорт», «подготовка спортсмена», «подготовленность», «система спортивной подготовки», «спортивная тренировка», «тренированность», «спортивная форма».
- 2.Сущность и функции спорта.
- 3.Структура современного спортивного движения (направления, разделы, формы спорта).
- 4.Понятия «спортивный результат», «спортивное достижение», «спортивный рекорд»; их отличительные признаки и взаимосвязь. Классификация спортивных достижений, их измерение и критерии оценивания.
- 5.Факторы, обуславливающие уровень спортивных достижений. Тенденции развития спортивных достижений.

6. Структура спортивных достижений.
7. Соревновательная деятельность спортсмена как функциональное и структурное ядро спортивных соревнований Система спортивных соревнований.
8. Цель, задачи и характерные черты подготовки спортсмена.
9. Средства спортивной подготовки, их общая характеристика.
10. Основные принципы, реализуемые в спортивной тренировке, их значение в деятельности тренера.
11. Принцип направленности к высшим достижениям, углубленной специализации и индивидуализации, его реализация в спортивной тренировке.
12. Принцип непрерывности тренировочного процесса, его реализация в спортивной тренировке.
13. Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам, его реализация в спортивной тренировке.
14. Принцип волнообразности и вариативности нагрузок, его реализация в спортивной тренировке.
15. Принцип цикличности тренировочного процесса, его реализация в спортивной тренировке.
16. Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности, его реализация в спортивной тренировке.
17. Основные группы методов, используемых в подготовке спортсменов и их назначение. Критерии выбора методов спортивной тренировки.
18. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физических упражнений, их виды. Приемы дозирования и регулирования нагрузки в практике спортивной тренировки.
19. Методы, используемые в процессе физической подготовки спортсмена: строго регламентированного упражнения и частично регламентированного упражнения.
20. Методы, используемые в тактической подготовке спортсмена: словесные, наглядные, практические.
21. Методы, используемые в психологической подготовке спортсмена.
22. Методы, применяемые в технической подготовке спортсмена: неспецифические и специфические.
23. Методы интеллектуальной (теоретической) подготовки спортсменов.
24. Методы, применяемые в процессе интегральной подготовки.
25. Понятия «стратегия» и «спортивная тактика». Особенности и виды спортивной тактики: тактическое мастерство и критерии его оценки.
26. Задачи, средства и методика тактической подготовки спортсмена.
27. Понятие «психологическая подготовка». Структура психологической подготовленности. Показатели уровня психологической подготовленности.
28. Задачи, средства и методы воспитания волевых качеств.
30. Задачи, средства и методические приемы идеомоторной тренировки.
31. Понятия «спортивная техника», «техническая подготовка», «техническая подготовленность», «техническое мастерство», их взаимосвязь между собой. Структура и уровни технической подготовленности.
33. Стадии и этапы процесса становления и совершенствования технического мастерства. Критерии технического мастерства и способы его оценки.
34. Контроль над уровнем технической подготовленности: составляющие технической подготовленности, виды оценок.
35. Понятия «интеллектуальная подготовка», «интеллектуальная подготовленность». Система интеллектуальных умений и навыков, их роль в подготовке спортсмена на разных этапах многолетней подготовки спортсмена.
36. Основные разделы интеллектуальной подготовки спортсмена. Формы ее проведения, взаимосвязь с другими видами подготовки спортсмена.

37. Понятия «интегральная подготовка», «интегральная подготовленность», их структура. Задачи, средства и методические пути повышения эффективности интегральной подготовки спортсмена.
38. Варианты построения годичной тренировки. Условия, определяющие продолжительность периодов подготовки в пределах отдельного тренировочного года.
39. Подготовительный период: направленность, варианты структуры, основные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок; соотношение видов подготовки.
40. Соревновательный период: направленность, варианты структуры, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок, соотношение видов подготовки.
41. Переходный период: направленность, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок; соотношение видов подготовки; факторы, регламентирующие продолжительность и основные подходы к содержанию переходного периода.
42. Спортивная тренировка как многолетний процесс.
43. Факторы, определяющие структуру отдельного занятия. Типы занятий. Варианты сочетания занятий в одном тренировочном дне.
44. Понятия «планирование», «план», «программа». Виды и значение планирования в управлении тренировочным процессом.
45. Перспективное планирование, его структура и содержание; факторы, определяющие структуру и продолжительность многолетней подготовки; основные разделы и содержание планов многолетней подготовки.
46. Оперативное планирование, его структура и содержание: планы тренировочного дня; планы отдельного занятия.
47. 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.
48. Понятие «управление» в спортивной тренировке, основные группы операций, объект и цель управления, виды управления, основной принцип, общая схема управления в спортивной тренировке.
49. Понятие о спортивном отборе. Классификация отбора в спорте. Общая схема управления процессом отбора. Критерии, методы и организация отбора.
50. Понятие о спортивной ориентации. Стадии спортивной ориентации. Критерии, методы и организация спортивной ориентации.
51. Теоретико-методологические основы спортивного отбора и спортивной ориентации.
52. Взаимосвязь между стадиями и этапами ориентации и отбора в процессе многолетней подготовки.
53. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки.
54. Построение системы подготовки и соревновательной деятельности в связи с факторами природной среды.

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

Знания, умения, навыки студента на экзамене оцениваются оценками: *«отлично»*, *«хорошо»*, *«удовлетворительно»*, *«неудовлетворительно»*.

Основой для определения оценки служит уровень усвоения студентами материала, предусмотренного данной рабочей программой

Оценивание студента на экзамене по дисциплине

Оценка экзамена (стандартная)	Требования к знаниям
----------------------------------	----------------------

<p>«отлично» («компетенции освоены полностью»)</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.</p>
<p>«хорошо» («компетенции в основном освоены»)</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.</p>
<p>«удовлетворительно» («компетенции освоены частично»)</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.</p>
<p>«неудовлетворительно» («компетенции не освоены»)</p>	<p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.</p>