

**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.ДЭ.02.01  
«Теория и методика избранного вида 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:**

д.б.н., проф. кафедры Гд Гасанов А.Р.  
(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](http://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-2.2** - Определяет воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся/воспитанников в системе начального общего, основного общего, среднего общего образования; управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность.

**ПК-2.3** - Сотрудничает с родителями (законными представителями), с другими педагогическими работниками в решении вопросов обучения и воспитания детей младшего и среднего школьного возраста.

№	Разделы	Контролируемые компетенции (или их индикаторы)	Оценочные средства
1	Введение в предмет «Теория и методика избранного вида спорта»	ПК-2.2; ПК-2.3	Реферат, практические задания,
2	Общая характеристика ИВС. Правила соревнований по ИВС	ПК-2.2; ПК-2.3	тестирование.
3	Техника с основами биомеханики в ИВС.	ПК-2.2; ПК-2.3	Реферат, практические задания,
4	Методика обучения двигательным действиям в ИВС	ПК-2.2; ПК-2.3	тестирование.
5	Основы спортивной тренировки в ИВС	ПК-2.2; ПК-2.3	Реферат, практические задания,
6	Основы работоспособности и восстановления в ИВС.	ПК-2.2; ПК-2.3	тестирование.
7	Система многолетней подготовки в ИВС	ПК-2.2; ПК-2.3	Реферат, практические задания,
8	Отбор и прогнозирование в ИВС	ПК-2.2; ПК-2.3	тестирование.

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

№	Аббревиатура компетенции	Поведенческий индикатор	Оценочные средства
	ПК-2.2; ПК-2.3	<b>Уровень знаний</b> - правила соревнований избранного вида	Реферат, практические

	<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю избранного вида спорта;</li> <li>- биомеханические основы техники соревновательного упражнения в ИВС;</li> <li>- методику обучения технике соревновательных упражнений;</li> <li>- теоретические основы организации и методики проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта;</li> <li>- средства восстановления в избранном виде спорта;</li> <li>- систему многолетней спортивной подготовки в ИВС;</li> <li>- систему отбора в ИВС;</li> <li>- основы научно-методической деятельности в ИВС;</li> <li>- основы тренерского мастерства в ИВС.</li> </ul> <p><b>Уровень умений</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить судейство соревнований;</li> <li>- проводить исторический анализ по ИВС;</li> <li>- проводить анализ спортивной тренировки;</li> <li>- проводить биомеханический анализ соревновательного упражнения;</li> <li>- показать и объяснить отдельные упражнения, составить отдельный комплекс упражнений, провести урок (тренировку);</li> <li>- составлять учебную документацию по спортивной тренировке в избранном виде спорта с учетом возрастных особенностей;</li> <li>- управлять процессом многолетней подготовки спортсменов в избранном виде.</li> </ul> <p><b>Уровень навыков</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками соревновательных (соревновательного) упражнений на уровне не ниже II спортивного разряда;</li> <li>- методикой обучения двигательным действиям и упражнениям избранного вида спорта людей разных возрастных групп;</li> <li>- основами методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;</li> <li>- способностью наблюдать, выявлять и исправлять ошибки в упражнениях;</li> <li>- способностью составлять методическую документацию;</li> <li>- навыками судейства по виду спорта;</li> <li>- методикой спортивного отбора;</li> <li>- навыками организации и проведения соревнований по виду спорта и спортивных праздников.</li> </ul>	<p>задания, тестирование.</p>
--	---	-------------------------------

## 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.**

#### Тематика рефератов

1. Эволюция техники, тактики, правил соревнований и методики тренировки в избранном виде спорта.
2. Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта.
3. Особенности методики обучения технико-тактическим действиям в избранном виде спорта.
4. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
5. Физическая подготовка в избранном виде спорта.
6. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов.
7. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов.
8. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.
9. Внутренировочные факторы подготовки в избранном виде спорта.
10. Ориентация и отбор в избранном виде спорта.
11. Использование тренажеров и тренажерных устройств для совершенствования технико-тактической и физической подготовки в избранном виде спорта.
12. Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта.

#### Аттестационные тесты по итогам освоения дисциплины

##### Примерные тесты

1. На каком этапе многолетней спортивной подготовки оптимально достижение максимального результата?
  - 1) этап углубленной спортивной специализации
  - 2) этап спортивного совершенствования
  - 3) этап высшего спортивного мастерства
  - 4) этап спортивного долголетия
2. Какая задача решается на всех без исключения этапах многолетней спортивной подготовки?
  - 1) соответствие нагрузок возрастным особенностям организма
  - 2) достижение максимального спортивного результата
  - 3) достижение разносторонней физической подготовки
  - 4) развитие ведущего физического качества
3. В чем заключается основная задача при переходе от одного этапа к другому в многолетней спортивной подготовке?
  - 1) в преемственности этапов
  - 2) в разносторонней физической подготовке
  - 3) в техническом совершенствовании
  - 4) в развитии силы

4. Какие физические качества воспитываются на начальных этапах многолетней спортивной подготовки?
- 1) сила
  - 2) гибкость
  - 3) все
  - 4) выносливость
5. Какие физические качества преимущественно воспитываются на этапах специализации и спортивного совершенствования многолетней спортивной подготовки?
- 1) сила
  - 2) ловкость
  - 3) все
  - 4) ведущее
6. Чем отличается общая и специальная тактическая подготовка?
- 1) тактической схемой
  - 2) условиями и целью применения
  - 3) скоростью прохождения
  - 4) соревнованием и тренировкой
7. В каком режиме необходимо проводить элементы специальной технической подготовки?
- 1) в спокойном
  - 2) в повышенном
  - 3) в соревновательном
  - 4) в равномерном
8. Какая тактическая схема позволяет пройти дистанцию максимально эффективно с физиологических и физических позиций?
- 1) равномерно
  - 2) с сильным стартом
  - 3) с сильным финишем
  - 4) с ускорениями по ходу дистанции
9. На каком этапе предпочтительно развивать специальную тактическую подготовку?
- 1) на предварительном
  - 2) на начальном
  - 3) на этапе специализации
  - 4) на этапе углубленной спортивной специализации
10. Чем опасен динамический стереотип двигательных действий на этапах спортивного совершенствования и высшего мастерства?
- 1) возможностью корректировки техники
  - 2) невозможностью корректировки техники
  - 3) изменением темпа движений
  - 4) изменением ритма

Сводная таблица правильных ответов  
на аттестационные вопросы

№ вопроса	Правильный ответ
1	3
2	1
3	1
4	3
5	4
6	2
7	3

8 1  
9 4  
10 2

Критерий оценки ответов на вопросы:

- 90 — 100% правильных ответов — оценка «Отлично»
- 70 — 80% правильных ответов — оценка «Хорошо»
- 50 — 60% правильных ответов — оценка «Удовлетворительно»
- менее 50% правильных ответов — оценка «Неудовлетворительно»

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов:

- презентационные материалы;
- учебно-методические и информационные материалы в электронном виде, представленные в ИИК.

**вопросы для самостоятельной работы:**

1. Общая характеристика научных исследований по ИВС.
2. Методика изучения и обобщения опыта передовой спортивной практики.
3. Методика изучения и анализа литературных источников.
4. Педагогические наблюдения в ИВС.
5. Педагогический эксперимент и его виды.
6. Планирование, организация и проведение экспериментов в ИВС.
7. Методика исследования проблем биомеханики и техники ИВС.
8. Методика исследования вопросов истории, организации и управления ИВС.
9. Методика исследования уровня развития физических качеств у юных и взрослых спортсменов.
10. Методика исследования уровня развития силы у юных и взрослых спортсменов.
11. Методика исследования уровня развития выносливости у юных и взрослых спортсменов.
12. Методика исследования уровня развития быстроты у юных и взрослых спортсменов.
13. Методика исследования уровня развития ловкости у юных и взрослых спортсменов.
14. Методика исследования уровня развития гибкости у юных и взрослых спортсменов.
15. Методика исследования уровня развития ведущего физического качества у юных и взрослых спортсменов в ИВС.
16. Методика исследования вопросов процесса построения спортивной подготовки; различных мега-, макро-, мезо- и микроструктур и циклов.
17. Методика исследования вопросов физической подготовки.
18. Методика исследования вопросов технической подготовки.
19. Методика исследования вопросов тактической подготовки.
20. Методика исследования вопросов психологической подготовки.
21. Методика исследования вопросов теоретической подготовки.
22. Методика исследования вопросов волевой подготовки.
23. Методика исследования спортивной подготовки.
24. Методика исследования вопросов системы контрольных испытаний и тестирования.
25. Методика исследования проблем планирования спортивной подготовки.
26. Методика исследования проблем моделирования спортивной подготовки.
27. Методика исследования проблем прогнозирования спортивной подготовки.
28. Методика исследования проблем отбора, селекции в ИВС.
29. Методика исследования проблем комплектования сборных команд в ИВС.
30. Методы и приборы срочной информации, применяемые в ИВС.

Контроль самостоятельной работы студентов

1. Работа с литературой.
2. Написание конспектов лекций, семинаров, комплексов упражнений по разделам программы, конспектов занятий и отдельных их частей.

3. 3.Посещение занятий в ДЮСШ, детских садах, СШ.
4. Посещение соревнований.
5. Судейство соревнований.
6. Проведение урока и отдельных его частей.
7. Проведение индивидуальных и групповых занятий в условиях спортивно-оздоровительных лагерей и т.д.

Контроль за написанием конспектов, рефератов и т.д. осуществляется проверкой в течение учебных занятий в зависимости от пройденных модулей программы.

Контроль за проведением урока или отдельных его частей осуществляется на учебно-практических занятиях.

Контроль за проведением занятий в условиях спортивно-оздоровительных лагерей осуществляется предоставлением учебной документации.

Контроль за судейством осуществляется путем предоставления судейской книжки с отметками о проведении соревнований.

### **Тестирование для СРС**

1. Средствами спортивной тренировки в избранном виде спорта являются:
  - a) Обще подготовительные упражнения;
  - b) Избранные соревновательные, специально подготовительные, обще подготовительные упражнения;
  - c) Избранные соревновательные упражнения;
  - d) Соревновательные упражнения;
  - e) Специально подготовительные упражнения;
2. Упражнения, которые по координационной структуре, характеру выполнения соответствовали избранной спортивной дисциплине, называются:
  - a) Специально подготовительные
  - b) Имитационные;
  - c) Гимнастические;
  - d) Обще развивающие;
  - e) Подводящие;
3. Практические методы спортивной тренировки – это:
  - a) Методы общей и специальной физической подготовки.
  - b) Методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный;
  - c) Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
  - d) Специфические и общепедагогические;
  - e) Игровой и соревновательный;
4. Непрерывные методы тренировки, применяемые в условиях равномерной и переменной работы, используются для воспитания:
  - a) Специальной координации;
  - b) Специальной быстроты.
  - c) Специальной выносливости;
  - d) Специальной гибкости;
  - e) Специальной ловкости;
5. Укажите, что являются средствами технической подготовки:
  - a) Физические упражнения;
  - b) Игровые и соревновательные упражнения.
  - c) Обще подготовительные, специально подготовительные, соревновательные;
  - d) Упражнения, направленные на формирование двигательных действий;
  - e) Тренировочные снаряды и оборудование;
6. Укажите, какие задачи решает общая техническая подготовка:
  - a) Степень освоения техники вида спорта;
  - b) Повышения технического уровня подготовленности в избранном виде спорта;

- с) Уровень освоения фонда двигательных умений и навыков, которые способствуют выполнению эффективных приемов в условиях соревновательной деятельности.
  - д) Расширения фонда двигательных умений и навыков, а также в воспитании двигательных-координационных способностей, которые способствуют техническому совершенствованию в избранном виде спорта;
  - е) Выполнения эффективных приемов и действий в сложных условиях;
7. Спортивная подготовка – это:
- а) Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфическое отношение нормы и достижения в сфере этой деятельности;
  - б) Упорядоченная, организация деятельности по обеспечению совершенствования спортсмена в сфере спорта;
  - с) Педагогический процесс, направленный на развитие физических способностей в избранном виде спорта.
  - д) Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;
  - е) Повторное выполнение спортивного упражнения;
8. Специфическими средствами и методами тактической подготовки в избранном виде спорта являются:
- а) Соревновательные и игровые упражнения;
  - б) Индивидуальные упражнения;
  - с) Групповые упражнения.
  - д) Тактические упражнения или специально подготовительные и соревновательные упражнения;
  - е) Избранные упражнения;
9. Интервальные методы тренировки – это:
- а) Повторные методы;
  - б) Комбинированные методы;
  - с) Игровые и соревновательные методы;
  - д) Равномерные и переменные методы.
  - е) Повторные и комбинированные методы;
10. Тактическое мышление – это:
- а) Способность спортсмена быстро воспринимать и перерабатывать информацию;
  - б) Оценка соревновательной ситуации;
  - с) Специальная тактическая подготовка;
  - д) Оценка развития ситуации на площадке в процессе соревновательной деятельности.
  - е) Формирование тактических знаний, умений и навыков;
11. Физические упражнения – это:
- а) Мобилизующие, корригирующие средства;
  - б) Упражнения повышенной интенсивности;
  - с) Специфические упражнения избранного вида спорта;
  - д) Специально подготовительные упражнения.
  - е) Упражнения, оказывающие воздействие на организм и личность человека;
12. Совокупность способов применения технических приемов в соответствии с условиями соревнования – это:
- а) Тактика;
  - б) Реакция;
  - с) Техника;
  - д) Стадия;
  - е) Интеракция.
13. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют несколько зон. Укажите сколько этих зон?
- а) Десять зон.

- b) Пять зон;
  - c) Шесть зон;
  - d) Семь зон;
  - e) Восемь зон;
14. В зависимости от масштаба времени, в пределах которого протекает тренировочный процесс, различают:
- a) Структуру многолетних тренировочных циклов.
  - b) Микроструктуру, мезоструктуру, макроструктуру;
  - c) Структуру отдельного тренировочного занятия.
  - d) Структуру этапов тренировки.
  - e) Структуру больших тренировочных циклов.
15. На сколько этапов делится процесс многолетней подготовки спортсменов:
- a) На 6 этапов;
  - b) На 2 этапа.
  - c) На 4 этапа;
  - d) На 3 этапа;
  - e) На 5 этапов;
16. На этапе предварительной подготовки основным методом, который помогает эмоционально и непринужденно выполнять упражнения, является:
- a) Соревновательный метод.
  - b) Подвижный метод.

### **Вопросы к экзамену:**

1. Определение понятия техники. Виды техники и индивидуальная вариативность.
2. Основа и детали техники.
3. Форма и содержание техники.
4. Периоды и фазы техники двигательного действия.
5. Темп, ритм, амплитуда, шаг (прокат).
6. Особенности техники в различных условиях (старт, финиш, ускорения): изменяющиеся и не изменяющиеся параметры.
7. Факторы, влияющие на технику ИВС
8. Изменения в технике ИВС под воздействием различных факторов.
9. Физическое утомление. Психологические факторы. Метеорологические факторы.
10. Влияние спортивного инвентаря и оборудования на технику.
11. Влияние уровня физической подготовленности, физических качеств на технику.
12. Эволюция и пути дальнейшего совершенствования техники ИВС.
13. Основные этапы в развитии техники ИВС.
14. Появление видов и разновидностей техники ведения спортивной борьбы в ИВС.
15. Социально-экономические предпосылки развития ИВС в России.
16. Особенности и преимущественное развитие ИВС в различных регионах России.
17. Первые кружки и клубы по ИВС. Известные энтузиасты и меценаты ИВС в России.
18. Участие российских спортсменов в международных соревнованиях.
19. История развития ИВС в СССР и России (1917-2000гг.)
20. Социально-экономические условия развития ИВС после 1917г. Рост массовости ИВС.
21. Прикладное и воспитательное значение упражнений ИВС.
22. Использование в физическом воспитании упражнений ИВС.
23. Спортивные судьи и помощники, судейская коллегия
24. Состав судейской коллегии. Права и обязанности судей.
25. Главный судья соревнований. Права и обязанности главного судьи. Заместители главного судьи.
26. Судьи на местах. Распределение обязанностей судей. Стартовая бригада. Бригада арбитров. Финишная бригада. Хронометраж.

27. Категории участников соревнований (возрастные, квалификационные и т.д.). Возраст и квалификация спортсменов. Возрастные группы.
28. Допуск участников соревнований. Критерии допуска. Права и обязанности участников соревнований.
29. Взыскания к участникам соревнований: замечание, предупреждение, снятие с соревнований (дистанции), дисквалификация.
30. Устройство мест соревнований. Требования к местам соревнований. Оборудование и инвентарь соревнований. Требования к оборудованию и инвентарю.
31. Медицинское обслуживание соревнований. Обеспечение безопасности участников соревнований.
32. Определение победителей и награждение.
33. Фиксирование результата в соответствии с правилами соревнований. Регистрация лучших достижений. Национальные, региональные и мировые достижения.
34. Порядок и церемония награждения. Правила поведения на церемонии награждения.
35. Представители команд. Права и обязанности, полномочия официального представителя.
36. Проблемы волевой подготовки.
37. Содержание специальной физической подготовки с психологической направленностью.
38. Сущность и общая характеристика видов и разновидностей теоретической подготовки.
39. Сущность, структура и общая характеристика работоспособности.
40. Сущность и общая характеристика динамики работоспособности.
41. Основы методологии исследования динамики работоспособности спортсменов.
42. Динамика работоспособности спортсменов и ритмические колебания уровня физиологической активности его организма.
43. Сущность, структура и общая характеристика спортивной нагрузки.
44. Виды физических нагрузок.
45. Нагрузка физическая и функциональная.
46. Психологическая нагрузка.
47. Сущность двигательного действия, физического воздействия и характеристика видов.
48. Принципы соответствия физических нагрузок.
49. Принцип соответствия психологических и функциональных нагрузок.
50. Принцип пороговых нагрузок.
51. Принцип сверхнагрузок.
52. Понятие форсированных нагрузок.
53. Возрастные особенности и физические нагрузки.
54. Отдых как основной компонент структуры физической нагрузки и характеристика его видов.
55. Метод - как определенное взаимосочетание закономерностей построения физических воздействий и отдыха.
56. Проблемы расходования рабочих потенциалов и характеристика его видов разновидностей.
57. Субъективное и объективное выражение утомления.
58. Восстановление рабочих потенциалов и характеристика их видов и разновидностей.
59. Способ адаптации как определенное взаимосочетание закономерностей протекания процессов утомления и восстановления.
60. Основные формы динамики физической и функциональной нагрузок и их взаимосвязь.

**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**

<b>Оценка экзамена</b> (стандартная)	<b>Требования к знаниям</b>
«отлично» («компетенции освоены полностью»)	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.
«хорошо» («компетенции в основном освоены»)	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.
«удовлетворительно» («компетенции освоены частично»)	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.
«неудовлетворительно» («компетенции не освоены»)	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.