

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**
Технологии спортивной тренировки

Код модуля
1158150(1)

Модуль
Технологии спортивной практики

Екатеринбург

Оценочные материалы составлены автором(ами):

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Захарова Анна Валерьевна	кандидат педагогических наук, профессор	Профессор	физической культуры
2	Тарбеева Наталия Михайловна	кандидат педагогических наук, мастер спорта	Доцент	физической культуры

Согласовано:

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

Авторы:

- Захарова Анна Валерьевна, Профессор, физической культуры
- Тарбеева Наталия Михайловна, Доцент, физической культуры

1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Технологии спортивной тренировки

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	8	
2.	Виды аудиторных занятий	Лекции Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Экзамен Курсовая работа	
4.	Текущая аттестация	Контрольная работа	2
		Домашняя работа	2

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Технологии спортивной тренировки

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предъявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)	Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине
1	2	3
ОПК-3 -Способен использовать педагогические навыки в профессиональной деятельности в образовательных организациях различного уровня	З-2 - Характеризовать основные компоненты учебного процесса и условия его функционирования в образовательных организациях различного уровня П-2 - Планировать и осуществлять учебную деятельность в образовательных организациях различного уровня с учетом целевой группы У-3 - Оценивать учебно-методическую документацию по организации учебного процесса на соответствие требованиям, целям и методам обучения и определять необходимость в корректировке	Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Контрольная работа № 1 Контрольная работа № 2 Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен

--	--	--

3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.6		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>контрольная работа</i>	2,8	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.50		
Промежуточная аттестация по лекциям – экзамен		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.50		
2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.4		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	2,18	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 1.00		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.00		
3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий – не предусмотрено		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям – нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий – не предусмотрено		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах

Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям -не предусмотрено
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям –нет
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено

3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>ритмичность и качество выполнения задания</i>	2,18	100
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– 0.4		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – 0.6		

3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

2. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.50		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>контрольная работа</i>	3,8	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.50		
Промежуточная аттестация по лекциям – экзамен		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.50		
2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.50		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	3,18	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям– 1.00		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям–нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.00		
3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий –не предусмотрено		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям -не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям –нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		

4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий –не предусмотрено		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям -не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям –нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено		

3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– не предусмотрено		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – не предусмотрено		

4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

Результаты обучения	Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам
Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов. Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения. Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)				
№ п/п	Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)	Шкала оценивания		
		Традиционная характеристика уровня		Качественная характеристика уровня
1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля

5.1.1. Лекции

Самостоятельное изучение теоретического материала по темам/разделам лекций в соответствии с содержанием дисциплины (п. 1.2. РПД)

5.1.2. Практические/семинарские занятия

Примерный перечень тем

1. Предмет теории спортивной тренировки, соревновательная деятельность.
2. Технологии спортивной подготовки.
3. Технологии развития общей выносливости.
- 4.

Оценка уровня развития общей выносливости. 5. Технологии развития специальной выносливости. 6. Диагностика развития специальной выносливости спортсмена. 7. Технологии развития силовых способностей. 8. Изучение особенностей проявления и развитие силовых способностей. 9. Технологии развития быстроты. 10. Изучение особенностей проявления и развитие скоростных способностей. 11. Технологии развития координации. 12. Дифференцирование видов координационных способностей в избранном виде спорта и их развитие. 13. Технологии развития гибкости. 14. Оценка уровня развития гибкости.

Примерные задания

Предмет теории спортивной тренировки, соревновательная деятельность.

Подготовить (рукописное изложение взглядов студента объемом 200-250 слов на поставленный вопрос) и озвучить рассуждение на тему: «Спортивная подготовка: что важнее знания или спортивный опыт тренера?».

Содержание: спортивная подготовка и роль тренера при ее осуществлении, дискуссионное изложение разных позиций или сравнение случаев из жизни и заключение по этому вопросу.

Проведение дискуссии в группах и публичное представление результатов дискуссии по следующим темам:

1. Сила есть, как ее реализовать в спортивной деятельности?
2. Силовая подготовка в моем виде спорта. Традиции и инновации.
3. Регресс и проблемы совершенствования скоростных способностей и пути преодоления.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

Базовый

5.2.1. Контрольная работа № 1

Примерный перечень тем

1. Общая и специальная выносливость в спорте

Примерные задания

Общая и специальная выносливость в спорте:

Содержание контрольной работы – краткий ответ на поставленные вопросы по типу терминологического справочника.

План ответа:

- определение выносливости и классификация ее разновидностей;
- механизмы (элементы) обеспечения и способы воздействия на составляющие (технология развития);
- диагностика состояния развития выносливости;
- интерпретация данных педагогического и медицинского контроля выносливости;
- технологии развития общей выносливости;

- технологии развития специальной выносливости в избранном виде спорта.
LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.2. Контрольная работа № 2

Примерный перечень тем

1. Расчет показателей двигательной реакции и теппинг-тестирования по итогам психотестов спортсменов.

Примерные задания

Расчет показателей двигательной реакции и теппинг-тестирования по итогам психотестов спортсменов.

1. Пройти (провести) тестирование скоростно-силовых способностей (определение простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР), теппинг-тест).
2. Выписать из протоколов, программы компьютера необходимые показатели.
3. Свести полученные данные (индивидуальные или по группам) в таблицы. Найти нормы, рекорды для ПЗМР и теппинг-теста в литературе, интернете и др. источниках информации (указать ссылки и список литературы в конце отчета по расчетной работе).
4. Определить статистические связи между показателями.
5. Сделать выводы или сформулировать вопросы, которые остались неясными.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.3. Домашняя работа № 1

Примерный перечень тем

1. Тренировочные средства и методы развития локальной мышечной выносливости

Примерные задания

Подготовить текст в научном стиле по следующему плану:

1. Специфические особенности вида спорта и проявления локальной мышечной выносливости в избранном виде спорта (ИВС).
2. Средства развития локальной мышечной выносливости в ИВС.
3. Методы развития локальной мышечной выносливости в ИВС.

В содержании должны быть отражены: обоснование актуальности развития локальной мышечной выносливости в избранном виде спорта, обоснование средств и методов развития локальной мышечной выносливости.

Объем отчета по выполнению домашней работы не менее двух страниц текста.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.4. Домашняя работа № 2

Примерный перечень тем

1. Средства и методы развития координационных способностей в избранном виде спорта

Примерные задания

Подготовить текст в научном стиле по следующему плану:

1. Специфические особенности вида спорта и проявления координационных способностей в избранном виде спорта (ИВС).
2. Средства развития координационных способностей в ИВС:
- подводящие, способствующие освоению новых форм движений;

- развивающие, направленные непосредственно на развитие координационных способностей.

3. Методы развития координационных способностей в ИВС.

В содержании должны быть отражены: обоснование актуальности развития координационных способностей (КС) в избранном виде спорта, ранжирование видов КС в избранном виде спорта, выбор наиболее важных или наименее изученных видов и обоснование средств и методов для их развития.

Объем отчета по выполнению домашней работы не менее двух страниц текста.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля

5.3.1. Экзамен

Список примерных вопросов

1. Научные основы спортивной тренировки. 2. Основополагающие труды отечественных и зарубежных ученых в спорте высших достижений. 3. Адаптационные изменения в организме спортсмена в процессе многолетней спортивной подготовки (сердечно-сосудистая, кровеносная, дыхательная, костная, мышечная система, ЦНС). 4. Основные принципы развития тренированности квалифицированного спортсмена. 5. Лимитирующие факторы физической работоспособности в спорте. 6. Факторы развития силовых способностей человека и принципы силового тренинга. 7. Методика низкоинтенсивной силовой тренировки. 8. Методические требования к планированию силового мезоцикла. 9. Принципы и педагогические условия развития гибкости. 10. Виды координационных способностей. 11. Возрастные особенности развития координационных способностей, сенситивные периоды. Основные положения развития координационных способностей. 12. Проявление координационных способностей и их тестирование в избранном виде спорта. 13. Проявление координационных способностей и их развитие в избранном виде спорта. 14. Техническая подготовка и спортивно-техническое мастерство в избранном виде спорта. 15. Методика развития общей выносливости. 16. Методика развития специальной выносливости. 17. Интервальный тренинг. 18. Быстрота и ее развитие.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.3.2. Курсовая работа

Примерный перечень тем

1. Психофизиологические факторы скоростных способностей. 2. Особенности проявления быстроты и скоростных способностей в спорте. 3. Контроль развития скоростных способностей. 4. Регресс и проблемы совершенствования скоростных способностей и пути преодоления. 5. Развитие скоростных способностей у детей дошкольного возраста. 6. Развитие скоростных способностей у детей младшего школьного возраста. 7. Развитие скоростных способностей в игровых видах спорта.

5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направления воспитательной деятельности сопрягаются со всеми результатами обучения компетенций по образовательной программе, их освоение обеспечивается содержанием всех дисциплин модулей.