

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**
Теория спортивной подготовки

Код модуля
1157639(1)

Модуль
Основы тренерской деятельности

Екатеринбург

Оценочные материалы составлены автором(ами):

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Чудиновских Анатолий Владимирович	Кандидат биологических наук, Доцент	Доцент	Кафедра теории физической культуры

Согласовано:

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

Авторы:

- Чудиновских Анатолий Владимирович, Доцент, Кафедра теории физической культуры

1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Теория спортивной подготовки

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

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Теория спортивной подготовки

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
ПК-1 -Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (Физическая культура)	З-1 - Интерпретировать положения теории физической культуры З-2 - Объяснять физиологические характеристики нагрузки З-3 - Приводить примеры анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста П-1 - Разрабатывать модель содержания занятия по физической культуре и спортивной тренировки У-1 - Ранжировать физические упражнения в соответствии с целью и задачами занятия по	Домашняя работа Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен

	физической культуре или спортивной тренировки У-2 - Дозировать физические упражнения в соответствии физиологической характеристики нагрузки	
ПК-2 -Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (Физическая культура)	З-4 - Сделать обзор содержания деятельности по спортивной ориентации	Контрольная работа № 4 Курсовая работа Лекции Экзамен
ПК-3 -Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке (Физическая культура)	З-2 - Характеризовать теории обучения двигательным действиям З-3 - Описывать теоретические основы физической подготовки З-4 - Сделать обзор базовых видов физкультурно-спортивной деятельности П-1 - обоснованный выбор средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке в процессе проведения соответствующих занятий и физкультурно-спортивных мероприятий	Контрольная работа № 1 Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен
ПК-4 -Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (Физическая культура)	З-2 - Сделать обзор содержания спортивной подготовки З-4 - Привести примеры задач и соответствующей им структуры тренировочного занятия П-1 - Подготовить проведение тренировочных занятий различной направленности У-1 - Правильно интерпретировать содержание тренировочного занятия различной направленности	Контрольная работа № 2 Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен
ПК-19 -Способность разрабатывать индивидуальные программы по фитнесу,	З-3 - Объяснять основы теории и методики спортивной тренировки	Контрольная работа № 3 Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия

сопровождать их внедрение и консультировать население при реализации (Физическая культура)		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 – 0.5		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	5,10	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.4		
Промежуточная аттестация по лекциям – экзамен		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.6		
2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.5		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>Контрольная работа 1</i>	5,4	25
<i>Контрольная работа 2</i>	5,8	25
<i>Контрольная работа 3</i>	5,13	25
<i>Контрольная работа 4</i>	5,15	25
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 1		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – не предусмотрено		
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
Выбор темы и написание введения	5,4	25
Список источников и план	5,8	25
Написание разделов и заключения	5,14	35
Оформление и представление в срок	5,16	15
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– 0.4		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – 0.6		

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.

	<p>Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения.</p> <p>Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.</p>
--	---

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. Спорт и его социальные функции
2. Соревновательная деятельность
3. Предмет и понятия теории спорта
4. Специфические принципы спортивной подготовки
5. Общая характеристика системы подготовки
6. Направленное формирование личности
7. Физическая подготовка
8. Техническая подготовка в циклических видах спорта и гимнастических многоборьях
9. Техническая подготовка в спортивных играх и единоборствах
10. Тактическая подготовка в циклических видах спорта и гимнастических

многоборьях

11. Тактическая подготовка в спортивных играх и единоборствах
12. Спортивная форма
13. Структура спортивной тренировки
14. Методы спортивной тренировки
15. Приоритетные задачи на различных стадиях и этапах многолетней подготовки
16. . Спортивная ориентация приобщаемых к спорту
17. Технология планирования и контроля

Примерные задания

Разграничить содержание спортивной деятельности в узком и в широком смысле понятия "спорт"

Раскрыть смысл социальных функций спорта и значение понимания этих функций для профессиональной деятельности

Показать особенности соревновательной деятельности на разных этапах многолетнего процесса спортивной подготовки

Установить соотношение содержания понятий спортивная подготовка и спортивная тренировка

Раскрыть требования, вытекающие из необходимости реализации специфических принципов спортивной подготовки

Раскрыть понятие системы спортивной подготовки с выделением управляющих и исполнительных звеньев

Описать качества личности, необходимые и формируемые в спортивной деятельности

Описать виды физической подготовки и их динамику в течение большого цикла подготовки

Раскрыть приоритетные направления физической подготовки на различных этапах многолетнего процесса

Описать особенности двигательных задач в циклических видах спорта и связанные с ними приемы формирования ориентировочной основы двигательных действий

Раскрыть особенности двигательных задач в спортивных играх и единоборствах, связанные с необходимостью выбора времени выполнения и вариантов взаимодействий

Раскрыть виды тактических действий в циклических видах спорта, спортивных играх и единоборствах

Раскрыть критерии определения спортивной формы в циклических видах, спортивных играх и гимнастических многоборьях

Схематично изобразить структуру большого цикла спортивной подготовки с обозначением примерной длительности его периодов и этапов

Раскрыть физиологические эффекты различных методов спортивной подготовки
Описать Приоритетные задачи на различных стадиях и этапах многолетней подготовки
Раскрыть организационно-методические направления ориентации и отбора приобщаемых к спорту

Раскрыть содержание комплексного контроля соревновательной и тренировочной деятельности на различных этапах многолетнего процесса

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. Понятийный аппарат теории спортивной подготовки
2. Специфические принципы спортивной подготовки

Примерные задания

Предложить перечень функциональных проб для оценки уровня тренированности в циклических видах спорта

Предложить перечень тестов для оценки уровня тренированности в гимнастических многоборьях

Предложить перечень тестов для оценки уровня тренированности в спортивных играх или единоборствах

Упорядочить по степени значимости соблюдения принципов спортивной подготовки в избранном виде спорта

Оценить применимость принципов спортивной подготовки для детей и подростков

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.2. Контрольная работа № 2

Примерный перечень тем

1. Система подготовки спортсмена
2. Структура спортивной подготовки

Примерные задания

Разграничить элементы системы подготовки спортсмена по принадлежности к управляющим и исполнительным функциям

Установить последовательность приоритетного использования методов спортивной тренировки в большом цикле подготовки

Предложить вариант использования интервального метода тренировки в спортивных играх

Предложить вариант использования равномерного метода тренировки в циклических видах спорта

Сформулировать условия повышения тренировочного воздействия применения эстафет на занятиях с юными спортсменами

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.3. Контрольная работа № 3

Примерный перечень тем

1. Комплексный контроль в подготовке спортсмена и соревновательной деятельности
2. Многолетняя спортивная подготовка

Примерные задания

Выделить приоритетные виды спортивной подготовки на различных этапах многолетнего процесса

Предложить ловкостные маркеры готовности к освоению сложнокоординационных двигательных действий

Описать тактический вариант соревновательной деятельности в избранном виде спорта и методику обучения с учетом возраста и квалификации спортсмена

Предложить ориентировочную основу двигательного действия в качестве основы инструментария оценки качества обучения

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.4. Контрольная работа № 4

Примерный перечень тем

1. Ориентация приобщаемых к виду спорта
2. Особенности спортивной подготовки детей и подростков
3. Компетентностно ориентированное планирование подготовки в избранном виде спорта

Примерные задания

Предложить ориентировочную структуру компетенций в избранном виде спорта

Предложить методические приемы, препятствующие монотонии при выполнении детьми упражнений на выносливость

Обосновать выбор показателей и характеристик для использования в ориентации на вид спорта

Предложить задания на оценку компонента «понимание» в одной из базовых спортивных компетенций

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.5. Домашняя работа

Примерный перечень тем

1. Методика обучения двигательному действию в избранном виде спорта на базе формирования его ориентировочной основы
2. План тренировочного занятия с применением одного из методов тренировки в избранном виде спорта

Примерные задания

Сформулировать три двигательные задачи для трех двигательных действий соответственно: по одной из каждой группы по М.М. Богену

Составить ориентировочную основу двигательного действия в виде перечня основных опорных точек в соответствии с правилами их формулирования

Предложить специальные упражнения для избирательного закрепления отдельных основных опорных точек в избранном двигательном действии

Описать последовательность учебных элементов в методике формирования ориентировочной основы двигательных действий

LMS-платформа – не предусмотрена

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

5.3.1. Экзамен

Список примерных вопросов

1. Понятия: "спортивная подготовка", "спортивная тренировка", "тренированность" и "подготовленность спортсмена"
2. Определение спорта. Его социальные функции
3. Классификация видов спорта. Их характеристика
4. Классификация соревнований. Особенности соревновательной деятельности в детском возрасте
5. Спортивная форма и закономерности ее развития
6. Принцип постепенности и направленности к высшим достижениям
7. Принцип углубленной специализации
8. Принцип непрерывности тренировочного процесса
9. Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам
10. Принцип волнообразности и вариативности нагрузок
11. Принцип цикличности тренировочного процесса
12. Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовки
13. Принцип единства и взаимосвязи тренировочного процесса и соревновательной деятельности с внутренировочными факторами
14. Принцип взаимообусловленности эффективности тренировочного процесса и профилактики спортивного травматизма
15. Единство общей и специальной подготовки как закономерность спортивной тренировки
16. Понятие о суперкомпенсации и гетерохронности восстановительных процессов
17. Характеристика основных типов интервалов отдыха, используемых в спортивной тренировке. Особенности их применения в зависимости от решаемых задач
18. Основные требования общепедагогического принципа сознательности и активности в спортивной тренировке
19. Основные средства спортивной тренировки
20. Методы спортивной тренировки
21. Структура типовой периодизации большого цикла спортивной подготовки. Особенности периодизации в различных видах спорта
22. Характеристика подготовительного периода большого цикла спортивной подготовки
23. Характеристика соревновательного периода большого цикла спортивной тренировки
24. Характеристика переходного периода большого цикла тренировки
25. Динамика тренировочной нагрузки в большом цикле подготовки

- 26. Мезоциклы спортивной тренировки
- 27. Понятие о микроцикле спортивной тренировки, типы микроциклов, правила построения
- 28. Характеристика спортивной тренировки как многолетнего процесса
- 29. Техническая подготовка, ее особенности в зависимости от вида спорта.

Использование идеомоторного метода

- 30. Тактика соревновательной деятельности. Ее классификация. Тактическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Понятие о стратегии соревнований, её влияние на тактические действия
- 31. Основы ориентации и отбора детей для занятий спортом. Первичный и вторичный отбор
- 32. Характеристика особенностей построения тренировочного процесса у детей
- 33. Понятие о комплексном контроле в спортивной подготовке. Контроль за соревновательной деятельностью
- 34. Контроль за тренировочным процессом, характеристика его этапов
LMS-платформа – не предусмотрена

5.3.2. Курсовая работа

Примерный перечень тем

- 1. Организационно-методические основы ориентации на занятия в избранном виде спорта
- 2. Мониторинг функционального состояния организма в избранном виде спорта
- 3. Организационно-методические основы студенческого спорта
- 4. Физиологические механизмы развития тренированности в избранном виде спорта
- 5. Обучение технико-тактическим действиям в избранном виде спорта
- 6. Развитие познавательных способностей в процессе подготовки юных спортсменов
- 7. Информационные технологии в спортивной подготовке
- 8. Теоретические основы обучения двигательным действиям в спорте
- 9. Многолетняя подготовка юных спортсменов
- 10. Комплексный контроль соревновательной деятельности в избранном виде спорта
- 11. Комплексный контроль тренировочного процесса в избранном виде спорта
- 12. Компетентностно ориентированная подготовка в избранном виде спорта
- 13. Искусственная гипоксическая тренировка в циклических видах спорта
- 14. Специфика сенситивных периодов развития двигательных способностей в различных видах спорта
- 15. Использование биодиагностических методов исследования в определении предрасположенности к занятиям различными видами спорта
- 16. Использование психодиагностических методов исследования в определении предрасположенности к занятиям различными видами спорта
- 17. Этап спортивной ориентации в многолетней подготовке
- 18. Модернизация структуры подготовки в избранном виде спорта
- 19. Вариабельность сердечного ритма в определении адаптационных возможностей спортсменов
- 20. Комплексное использование специальных упражнений и тренажеров в спортивной подготовке
- 21. Технологизация подготовки в смешанных единоборствах

22. Микроструктура спортивной тренировки в избранном виде спорта
23. Критерии спортивной формы на различных этапах многолетней подготовки
24. Конвергенция средств подготовки из других видов спорта
25. Моделирование двигательной деятельности квалифицированных спортсменов
26. Технологический подход в проектировании учебно-тренировочного процесса
27. Гуманистическая теория спорта и проблема ее практического использования в спортивном и олимпийском движении
28. Компетентностно ориентированная тактическая подготовка в избранном виде спорта
29. Формирование ориентировочной основы защитных действий в спортивных играх
30. Сопряженное развитие специальной выносливости и формирование технико-тактических умений в условиях учебно-тренировочного сбора

5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения	Контрольно-оценочные мероприятия
Профессиональное воспитание	профориентационная деятельность	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-1	З-1 З-2 З-3 У-1 У-2 П-1	Домашняя работа Контрольная работа № 4 Курсовая работа Экзамен