

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смышнов Константин Михайлович
Должность: Декан факультета физической культуры и спорта
Дата подписания: 18.06.2026 12:44:38
Уникальный программный ключ:
929927c8ae4e55eb4d3ec0e00ff6bb638ca3a4d1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета физической
культуры и спорта, кандидат
педагогических наук, доцент
Смышнов К.М.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)
«Теория и методика избранного вида спорта»

Направление подготовки	<u>49.03.01 Физическая культура</u>	
Направленность (профиль)	<u>Спортивная тренировка</u>	
Год начала обучения	<u>2026</u>	
Форма обучения	очная	заочная
Реализуется в семестре	<u>5-8</u>	<u>5-8</u>

Введение

1. Назначение: данный фонд оценочных средств предназначен для оценивания уровня сформированности компетенций обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка», по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта».

2. ФОС является приложением к программе дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта» в соответствии с образовательной программой по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка».

3. Разработчик: кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики спорта Мещерякова О.Н.

4. Проведена экспертиза ФОС.

Члены экспертной группы, проводившие внутреннюю экспертизу:

Председатель: Грудницкая Н.Н. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта факультета физической культуры и спорта – председатель УМК ФФКС.

Члены экспертной группы:

Смышнов К.М. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики спорта ФФКС, и.о. декана факультета физической культуры и спорта.

Денисенко В.С. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики спорта, и.о. заместителя декана ФФКС по учебной работе.

Представитель организации-работодателя - Абдуллаев И.М., заместитель министра физической культуры и спорта Ставропольского края.

Экспертное заключение: фонд оценочных средств соответствует ОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка» и рекомендуется для оценивания уровня сформированности компетенций студентов по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта».

5. Срок действия ФОС: на срок реализации образовательной программы

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

Уровни сформированности компетенций, индикаторов	Дескрипторы			
	Минимальный уровень не достигнут (Неудовлетворительно) 2 балла	Минимальный уровень (удовлетворительно) 3 балла	Средний уровень (хорошо) 4 балла	Высокий уровень (отлично) 5 баллов
ОПК-4				
ИД - 1 _{ОПК-4} Демонстрирует знания о средствах и методах различных видов спортивной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.	Показывает фрагментарные знания о средствах и методах различных видов спортивной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.	Показывает общее представление о средствах и методах различных видов спортивной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.	Показывает базовые знания о средствах и методах различных видов спортивной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.	В полном объеме владеет знаниями о средствах и методах различных видов спортивной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.
ИД-2 _{ОПК-4} Использует методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач	Частично сформированы умения применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач	В целом сформированы умения применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач	На базовом уровне сформированы умения применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач	В полном объеме сформированы умения применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач
ИД-3 _{ОПК-4} Организует участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Частично сформированы навыки организации спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.	В целом сформированы навыки организации спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.	На базовом уровне сформированы навыки организации спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.	В полном объеме сформированы навыки организации спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.
ОПК-9				
ИД-1 _{ОПК-9} Демонстрирует знание основ психолого-педагогического и медико-биологического контроля за	Показывает фрагментарные знания основ психолого-педагогического и медико-биологического контроля за	Показывает общее представление основ психолого-педагогического и медико-биологического контроля за	Показывает базовые знания основ психолого-педагогического и медико-биологического контроля за	В полном объеме владеет знаниями основ психолого-педагогического и медико-биологического контроля за состоянием

состоянием занимающихся	состоянием занимающихся	состоянием занимающихся	состоянием занимающихся	занимающихся
ИД-2 _{ОПК-9} Осуществляет отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся .	Частично сформированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности и, психического состояния занимающихся	В целом сформированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности и, психического состояния занимающихся	На базовом уровне сформированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности , психического состояния занимающихся	В полном объеме сформированы умения осуществлять отбор диагностических средств и методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности и, психического состояния занимающихся
ИД-3 _{ОПК-9} Осуществляет корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	Частично сформированы навыки осуществлять корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	В целом сформированы навыки корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	На базовом уровне сформированы навыки осуществлять корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.	В полном объеме сформированы навыки осуществлять корректировку процесса подготовки спортсменов на основе анализа и интерпретации результатов контроля.
ОПК-11				
ИД-1 _{ОПК-11} Планирует, организует и проводит исследование по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	Частично сформированы умения разрабатывать и проводить исследование по определению эффективности используемых средств и методов в различных видах деятельности в сфере физической культуры и спорта	В целом сформированы умения разрабатывать и проводить исследование по определению эффективности используемых средств и методов в различных видах деятельности в сфере физической культуры и спорта	На базовом уровне сформированы умения разрабатывать и проводить исследование по определению эффективности используемых средств и методов в различных видах деятельности в сфере физической культуры и спорта	В полном объеме сформированы умения разрабатывать и проводить исследование по определению эффективности используемых средств и методов в различных видах деятельности в сфере физической культуры и спорта
ИД-2 _{ОПК-11} Осуществляет анализ и обработку	Частично сформированы навыки анализировать результаты	В целом сформированы навыки анализировать результаты	На базовом уровне сформированы навыки анализировать	В полном объеме сформированы навыки анализировать

исследовательских результатов с использованием методов математической статистики, обобщает и оформляет результаты исследований.	исследования с использованием методов математической статистики, обобщает и оформляет результаты исследований.	исследования с использованием методов математической статистики, обобщает и оформляет результаты исследований.	результаты исследования с использованием методов математической статистики, обобщает и оформляет результаты исследований.	результаты исследования с использованием методов математической статистики, обобщает и оформляет результаты исследований.
ОПК-14				
ИД-1 _{ОПК-14} Демонстрирует знание содержания методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов.	Показывает фрагментарные знания содержания методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов	Показывает общее представление о содержании методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов	Показывает базовые знания содержания методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов	В полном объеме владеет знаниями содержания методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов
ИД-2 _{ОПК-14} Осуществляет методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов.	Частично сформированы умения разрабатывать методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов	В целом сформированы умения разрабатывать методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов	На базовом уровне сформированы умения разрабатывать методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов	В полном объеме сформированы умения разрабатывать методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов
ИД-3 _{ОПК-14} Осуществляет контроль тренировочного и образовательного процессов.	Частично сформированы навыки выполнять контроль тренировочного и образовательного процессов	В целом сформированы навыки выполнять контроль тренировочного и образовательного процессов	На базовом уровне сформированы навыки выполнять контроль тренировочного и образовательного процессов	В полном объеме сформированы навыки выполнять контроль тренировочного и образовательного процессов

Оценивание уровня сформированности компетенции по дисциплине осуществляется на основе «Положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры - в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет» в актуальной редакции.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Номер задания	Правильный ответ	Содержание вопроса	Компетенция
Форма обучения очная, заочная 5-6 семестры			
Тестовые задания			
1.	b)	Специализированный педагогический процесс, направленный на развитие физических, духовных, и психологических способностей человека называется a) подготовка спортсмена b) спортивная тренировка c) спортивная подготовка d) тренировочный процесс	ОПК-4
2.	a)	Специализированная деятельность, позволяющая выявлять уровень подготовленности спортсменов, слабые и сильные стороны их подготовки и обеспечивать формирование опыта соревновательной деятельности называется a) соревнование b) спортивная подготовка c) тренировочный процесс d) спортивная тренировка	ОПК-4
3.	b)	Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются a) технические средства b) физические упражнения c) тренажёрные устройства d) идеомоторные упражнения	ОПК-4
4.		Специальная сфера деятельности, позволяющая объективно сравнивать способности спортсменов и обеспечивать их максимальные проявления называется	ОПК-4
5.		Дайте определение понятия «спортивная тренировка»	ОПК-4
6.		Дайте определение понятия «соревнование»	ОПК-4
7.		Подготовка к соревнованиям, построенная в виде системы упражнений и представляющая собой, процесс управления развитием состояния спортивной формы спортсмена принято обозначать термином	ОПК-4
8.		Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются	ОПК-4
9.	a)	В терминологии спорта способ применения физических упражнений обозначается как a) метод b) средство c) принцип d) условие	ОПК-14
10.	d)	Основным критерием спортивной формы является a) показатели педагогического контроля b) показатели врачебного контроля c) стабильность выступления на соревнованиях d) спортивный результат	
11.	a)	Специализированная деятельность, позволяющая выявлять уровень подготовленности спортсменов, слабые и сильные стороны их подготовки и обеспечивать формирование опыта соревновательной деятельности называется a) соревнование	ОПК-9

		b) спортивная подготовка c) тренировочный процесс d) прием контрольных тестов	
12.		Основные постулаты принципа непрерывности тренировочного процесса	ОПК-4
13.		Под техникой физического упражнения понимают	ОПК-4
14.		Классификация физических нагрузок по зонам мощности	ОПК-11
15.	-	Перечислите специфические принципы построения тренировочного процесса	ОПК-14
16.		Представьте классификацию и характеристику основных средств спортивной тренировки	ОПК-14
17.		Напишите название и дайте характеристику методу, в котором выполнение упражнения направлено одновременно и на совершенствование техники движения, и на развитие двигательных способностей	ОПК-4
18.	d)	Состояние оптимальной готовности спортсмена к высоким достижениям называется a) психологической подготовленностью b) физической подготовленностью c) спортивной формой d) технико-тактической подготовленностью e) тренированностью	ОПК-14
19.	b)	Ошибки, возникающие в результате многократного повторения неправильного движения, называют a) типичными b) автоматизированными c) комплексными d) грубыми	ОПК-9
20.	b)	Ошибки, встречающиеся чаще всего и имеющие массовый характер в процессе начального обучения, называют a) автоматизированными b) типичными c) комплексными d) грубыми	ОПК-9
21.		Обозначьте основные признаки двигательного навыка	ОПК-9
22.		Степень владения двигательным действием, при котором управление движениями происходит автоматизировано называют	ОПК-9
23.	a)	Способность выполнять двигательное действие, концентрируя внимание на каждом движении, входящем в целостное двигательное действие называют a) двигательным умением b) двигательным навыком c) двигательным умением высшего порядка	ОПК-9
24.	a)	Характерными признаками двигательного умения являются a) произвольная напряженность мускулатуры и связанная с ней общая скованность движений, их неточность (по амплитуде и направлению) b) стабильность, слитность, надежность исполнения спортсменами двигательного действия. c) минимальный контроль со стороны сознания обучающихся за управлением движениями d) высокая степень координации и автоматизации движений	ОПК-9
25.		На каком этапе обучения двигательным действиям наибольшее количество двигательных ошибок допускается занимающимся	ОПК-9
26.		Обозначьте основные причины возникновения ошибок в процессе обучения двигательным действиям	ОПК-9

27.		Дайте классификацию ошибок, возникающих при обучении двигательному действию.	ОПК-9
28.	е)	Основными средствами, позволяющими определить уровень подготовленности спортсмена называют а) общеразвивающие упражнения. б) соревновательные упражнения. в) подводящие упражнения. г) подготовительные упражнения. д) контрольные упражнения.	ОПК-11,
29.		Укажите этапы и задачи по этапам процесса обучения техническому приему	
30.		Классификация отдыха по его продолжительности и охарактеризуйте каждый	ОПК-11
31.	-	Укажите контрольные упражнения, позволяющие контролировать уровень развития собственно-силовых способностей	ОПК-11,
32.		Представьте контрольные упражнения, позволяющие определить уровень развития скоростно-силовых способностей	ОПК-11,
33.		Укажите внешние признаки выполненной повышенной нагрузки, позволяющие контролировать функциональное состояния спортсмена	ОПК- 9
34.		Напишите название и дайте характеристику методам обучения двигательным действиям	ОПК- 14
35.	а)	Специально организованная деятельность, направленная на выявление уровня подготовленности спортсмена, относится к сравнительному методу непрерывному методу равномерному методу интервальному методу переменному методу	ОПК- 9
36.	д)	Сущность метода сопряженного воздействия состоит в том, что техника двигательного действия а) совершенствуется в условиях, требующих повышенных физических усилий; б) совершенствуется в условиях внешних и внутренних сдвигающих факторов в) выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой г) совершенствуется параллельно с развитием физических способностей	ОПК-14
37.		Напишите название и дайте характеристику методу тренировки, при котором каждая последующая нагрузка дается в фазу полного восстановления работоспособности,	ОПК-14
38.		Напишите название и дайте характеристику методу тренировки, включающий последовательное варьирование нагрузки в ходе непрерывного выполнения упражнения, называют	ОПК-14
39.		Напишите название и дайте характеристику методу спортивной тренировки, в процессе применения которого выполнение упражнений происходит через жесткие интервалы отдыха называют	ОПК-14
40.		Напишите название и дайте характеристику методу спортивной тренировки, в процессе применения которого идет длительное выполнение упражнения со средней интенсивностью называют	ОПК-14
41.		Напишите способы регулирования физической нагрузки	ОПК-14
42.		Только предельные мышечные напряжения позволяют достигать существенного прогресса в увеличении силовых способностей. Укажите 3 способа создания максимальных силовых напряжений в динамическом режиме	ОПК-14

43.		Напишите название и дайте характеристику методам спортивной тренировки, направленным на развитие силовых способностей	ОПК-14
44.		Напишите название и дайте характеристику методам спортивной тренировки, направленным на развитие скоростно-силовых способностей	ОПК-14
45.		Дайте характеристику статическим упражнениям	ОПК-14
46.		Средствами развития силы мышц являются различные силовые упражнения, среди которых можно выделить три основных группы. Дайте их характеристику.	ОПК-14
47.		Укажите три основных группы физических упражнений, направленных на развитие гибкости	ОПК-14
48.		Укажите основные виды проявления гибкости и дайте им характеристику	ОПК-14
49.		Подберите тесты для контроля уровня развития собственно-силовых способностей	ОПК-9
50.		Укажите основной критерий развития гибкости	ОПК-9
51.		Подберите тесты для контроля уровня развития общей выносливости	ОПК-9
52.		Бег на длинные дистанции является средством развития и оценки уровня развития	ОПК-9
53.		Напишите название ошибок, искажающих технику упражнения возникающих в процессе начального обучения и дайте им характеристику	ОПК-9
54.		Соревнования, по результатам которых комплектуют команды и отбирают участников в индивидуальных видах программы для главных соревнований называют	ОПК-9
55.		Укажите способы регулирования физической нагрузки применяемые в процессе тренировки	ОПК-4
Вопросы к экзамену			
56.		Система соревнований ее цели и задачи классификация соревнований.	ОПК-4
57.		Понятие спортивная форма, фазы ее становления, критерии спортивной формы.	ОПК-4
58.		Система дополнительных факторов, оптимизирующих эффект спортивной тренировки.	ОПК-4
59.		Тренировка как составная часть подготовки спортсмена ее цель и задачи, условия осуществления тренировочного процесса.	ОПК-4
60.		Принципы углубленной специализации и индивидуализации, особенности реализации, понятия специализации и индивидуализации.	ОПК-14
61.		Принцип непрерывности тренировочного процесса, основные постулаты принципа.	ОПК-14
62.		Принцип постепенности и предельности наращивания тренировочных нагрузок.	ОПК-14
63.		Принцип волнообразности динамики тренировочных нагрузок, закономерности, определяющие построение различных волн.	ОПК-14
64.		Принцип цикличности тренировочного процесса, задачи, решаемые в различных по времени циклах	ОПК-14
65.		Классификация основных средств спортивной тренировки, характеристика основных и вспомогательных упражнений.	ОПК-14
66.		Характеристика специально-подготовительных упражнений.	ОПК-14
67.		Характеристика общеподготовительных упражнений.	
68.		Основные понятия техники физических упражнений: спортивная техника, эталонная техника, основа техники, основное звено основного механизма техники, детали техники.	ОПК-9
69.		Характеристика метода обучения двигательному действию в целом.	ОПК-4
70.		Характеристика метода обучения двигательному действию по частям.	ОПК-4

71.		Структура процесса обучения двигательным действиям.	ОПК-4
72.		Двигательные ошибки. Классификация двигательных ошибок.	ОПК-9
73.		Причины появления, предупреждение и пути исправления при обучении двигательному действию	ОПК-9
74.		Понятия нагрузки и отдыха, классификация нагрузок и отдыха.	ОПК-9
75.		Внешние признаки утомления и способы дозирования тренировочных нагрузок.	ОПК-9
76.		Характеристика метода круговой тренировки.	ОПК-14
77.		Характеристика равномерного метода спортивной тренировки.	ОПК-14
78.		Характеристика переменного метода спортивной тренировки.	ОПК-14
79.		Характеристика повторного метода спортивной тренировки.	ОПК-14
80.		Характеристика интервального метода спортивной тренировки.	ОПК-14
7- 8 семестры			
81.	d)	Кроссовый бег является основным средством оценки уровня развития: а) быстроты б) скоростно-силовых качеств в) скоростной выносливости г) общей выносливости	ОПК-11,
82.		Укажите контрольные упражнения, позволяющие контролировать уровень развития скоростных способностей	ОПК-11,
83.		Укажите контрольные упражнения, позволяющие контролировать уровень развития гибкости	ОПК-11,
84.	-	Укажите основные методические требования, которые необходимо соблюдать в процессе развития скоростных способностей	ОПК-14,
85.		Укажите методические приемы, применяемые в процессе развития ловкости и координационных способностей	ОПК-14
86.	1-с 2-д 3-е 4-а 5-б	Приведите в соответствие виды двигательных способностей и упражнений, направленных на их развитие 1) Быстрота 2) Ловкость 3) Выносливость 4) Сила 5) Гибкость а) Упражнения со штангой и с различного рода отягощениями и сопротивлением б) Вращательные, пружинистые, маховые упражнения в) Спринтерские упражнения, тренировочные разновидности спортивных игр и подвижные игры г) Гимнастические и акробатические упражнения, подвижные и спортивные игры е) Длительный бег умеренной интенсивности, лыжные кроссы, плавание	ОПК-14,
87.		Дайте характеристики скоростным способностям спортсмена	ОПК-14,
88.		Укажите основные критерии, позволяющие определить уровень развития ловкости и координационных способностей	ОПК-9
89.		Укажите основные критерии, позволяющие определить уровень развития ловкости и координационных способностей	ОПК-9
90.		Напишите название и дайте характеристику методам спортивной тренировки, направленным на развитие ловкости и координационных способностей	ОПК-14
91.		Напишите название и дайте характеристику методам спортивной тренировки, направленным на развитие выносливости	ОПК-14,
92.		В структуре проявления ловкости выделяют следующие ведущие способности	ОПК-14,

93.		Развитие аэробных и анаэробных возможностей в многолетнем процессе подготовки идет в следующей последовательности	ОПК-14
94.		Дайте определение и основные задачи физической подготовки спортсмена	ОПК-4
95.		Дайте определение и основные задачи технической подготовки спортсмена	ОПК-4
96.	b)	Для определения уровня развития двигательных способностей спортсменов процесса применяют a) опрос b) контрольные испытания c) анкетирование d) педагогическое наблюдение	ОПК-9
97.		Укажите контрольные упражнения, позволяющие контролировать уровень технической подготовленности в избранном виде спорта	ОПК-9
98.		Укажите контрольные упражнения, позволяющие контролировать уровень общей физической подготовленности в избранном виде спорта	ОПК-9
99.		Укажите контрольные упражнения, позволяющие определить уровень специальной физической подготовленности в избранном виде спорта	ОПК-9
100.		Дайте определение и основные задачи психологической подготовки	ОПК-14
101.		Напишите название и дайте характеристику методу повторного упражнения с использованием непредельных отягощений при выполнении действий, выполняемых до отказа	ОПК-14
102.	1-b 2-a 3-c 4-e 5-d 6-f	Приведите в соответствие типы тренировочных занятий и решаемые в них задачи: 1. Учебные занятия 2. Тренировочные занятия 3. Учебно-тренировочные занятия 4. Восстановительные занятия 5. Модельные занятия 6. Контрольные занятия a) - направлены на повторение хорошо освоенных упражнений и осуществляют различные виды подготовки. Наиболее часто используются при решении задач физической подготовки. Используются во второй половине подготовительного периода. b) - направлены на изучение нового материала (техника и тактика, технико-тактических комбинаций, теоретических знаний и т. д.). Эти занятия широко применяются в подготовке юных спортсменов, у квалифицированных спортсменов используются в подготовительном периоде; c) - сочетают освоение нового материала с его разучиванием, совершенствованием. Используются в подготовительном периоде. d) - является важной формой интегральной подготовки спортсменов к основным соревнованиям, т. е. занятия строятся по типу предстоящих соревнований и проводятся в период непосредственной подготовки к соревнованиям e) характеризуются небольшим суммарным объемом работы, эмоциональностью, применением игрового метода, задача этих занятий стимулировать восстановительные процессы; f) - планируются на всех видах этапов многолетней подготовки и в различных периодах тренировочного макроцикла. Их основная задача – контроль за уровнем подготовленности спортсменов.	ОПК-14
103.	c)	Наиболее типичной формой тестирования уровня технической	ОПК-11

		подготовленности спортсменов является а) анализ соревновательной деятельности б) педагогическое наблюдение в) выполнение контрольных упражнений г) анкетирование	
104.		Укажите методы спортивной тренировки, направленные на развитие общей выносливости и специальной выносливости	ОПК-14
105.		Определите задачи физической подготовки спортсмена	ОПК-14
106.		Укажите методы и методические приемы, направленные на решение задач физической подготовки спортсмена	ОПК-14
107.		Определите задачи технической подготовки спортсмена	ОПК-14
108.		Укажите методы и методические приемы, направленные на решение задач технической подготовки спортсмена	ОПК-14
109.		Дайте классификацию ловкости по степени проявления и отнесите ее к виду спорта, в котором она преобладает	ОПК-14
110.		Дайте определение психологической подготовки спортсмена	ОПК-4
111.		Дайте определение тактической подготовки спортсмена	ОПК-4
112.		Структура тренировочного занятия и задачи, решаемые в каждой части занятия	ОПК-4
113.		Предположение, достоверность которого еще не доказана называют	ОПК-11
114.	1-е 2-с 3-а 4-б 5-д	Приведите в соответствие методы исследования и решаемые с их помощью задачи 1. Педагогическое наблюдение 2. Опрос виде анкетирования 3. Контрольные испытания 4. Педагогический эксперимент 5. Методы статистической обработки а) средства позволяющие получить фактический материал б) исследование, проводимое с целью выяснения эффективности применения различных методов и средств тренировки в) метод исследования, основанный на опросе значительного числа респондентов г) количественная обработка полученного фактического материала, осуществляемая методами математической статистики д) целенаправленное слежение педагогического явления, позволяющего получить фактический материал	ОПК-11
115.		Укажите часто применяемые методы исследования в сфере ФКиС	ОПК-11
116.		Укажите основные структурные элементы курсовой и выпускной квалификационной работы	ОПК-11
117.		Определите задачи общей психологической подготовки спортсмена	ОПК-14
118.		Укажите методы и методические приемы, направленные на решение задач общей психологической подготовки спортсмена	ОПК-14
119.		Определите задачи специальной психологической подготовки спортсмена	ОПК-14
120.		Контроль предусматривающий изучение состояния функционирования основных функциональных систем организма спортсмена его физическое развитие называют	ОПК-9

121.		Контроль предусматривающий изучение состояния уровня подготовленности спортсмена называют	ОПК-9
122.		Укажите названия тренировочных занятий в зависимости от решаемых в этих занятиях задач	ОПК-14
123.		Укажите методы и методические приемы, направленные на решение задач специальной психологической подготовки спортсмена	ОПК-14
124.		Совокупность способов получения информации о степени подготовленности организма спортсмена называют	ОПК-9
125.		Использование методов педагогического наблюдения, контрольных упражнений, экспертных оценок осуществляется в процессе... ..контроля	ОПК-9
126.		Определите, цель, и задачи педагогического контроля	ОПК-14
127.		Укажите виды контроля, обеспечивающие систематичность получения информации о уровне подготовленности спортсменов	ОПК-14
128.		Определите, цель, и задачи врачебного контроля	ОПК-14
129.	1-d 2-c 3-b 4-a	Приведите в соответствие виды педагогического контроля и решаемые с их помощью задачи 1. Итоговый контроль. 2. Предварительный контроль. 3. Оперативный контроль 4. Текущий контроль а) Педагогический контроль направлен на изучение следовых процессов после выполнения нагрузок различной направленности, усвоение или совершенствование технико-тактических навыков. б) Педагогический контроль направленный на оценку срочных реакций организма спортсмена на тренировочные или соревновательные нагрузки. с) Педагогический контроль проводимый в начале этапа, периода, годового цикла д) Педагогический контроль в конце периода, цикла и, позволяющий оценить эффективность тренировочной работы	ОПК-14
130.		Создание программы поэтапного овладения спортивным мастерством на несколько лет называется	ОПК-14
131.		При первичном врачебном обследовании врач решает вопрос о	ОПК-9
132.		Педагогический контроль проводимый в начале этапа, периода, годового цикла называют	ОПК-9
133.		Контроль проводимый в конце тренировочного периода, цикла и, позволяющий оценить эффективность тренировочной работы называют	ОПК-9
134.		Контроль, позволяющий оценить уровень физической и технико-тактической подготовленности называют	ОПК-9
135.		Контроль, позволяющий определить уровень развития свойств и качеств нервной системы спортсмена называют	ОПК-9
Вопросы к экзамену			
136.		Физическое качество быстрота: определение понятия, виды скоростных способностей и способы их измерения, методы развития.	ОПК-9
137.		Физическое качество выносливость: определение понятия, виды выносливости и способы их измерения, методы развития.	ОПК-9
138.		Физическое качество гибкость: определение понятия, формы проявления, способы измерения и методы развития.	ОПК-9
139.		Физическое качество ловкость: определение понятия, формы проявления, средства методы развития.	ОПК-4

140.	Факторы, определяющие уровень развития выносливости, гибкости и скоростных способностей.	ОПК-4
141.	Теоретическая подготовка спортсмена (определение, цели и задачи, средства и методы).	ОПК-4
142.	Средства и методы развития силовых и скоростных способностей.	ОПК-4
143.	Средства и методы развития ловкости и гибкости.	ОПК-4
144.	Физическая подготовка спортсмена (определение, цели и задачи, средства и методы).	ОПК-4
145.	Техническая подготовка спортсмена (определение, цели и задачи, средства и методы).	ОПК-14
146.	Тактическая подготовка спортсмена (определение, цели и задачи, средства и методы).	ОПК-14
147.	Психологическая подготовка спортсмена (определение, цели и задачи, средства и методы).	ОПК-14
148.	Интегральная подготовка спортсмена (определение, цели и задачи, средства и методы).	ОПК-14
149.	Периодизация спортивной тренировки, спортивная форма, фазы ее становления.	ОПК-14
150.	Факторы, оказывающие существенное влияние на периодизацию спортивной тренировки.	ОПК-14
151.	Подготовительный период: этапы подготовительного периода, направленность, задачи.	ОПК-4
152.	Соревновательный период: этапы, задачи, состав и направленность применяемых средств.	ОПК-4
153.	Переходный период, его направленность и задачи	ОПК-4
154.	Структура и содержание многолетней подготовки спортсменов.	ОПК-4
155.	Структура тренировочного занятия, его формы и методика построения, виды тренировочных занятий.	ОПК-4
156.	Педагогический контроль в учебно-тренировочном процессе его значение, цели, задачи и содержание.	ОПК-9
157.	Виды педагогического контроля и формы проведения.	ОПК-9
158.	Отбор в процессе многолетней подготовки спортсменов.	ОПК-9
159.	Основные понятия о планировании, требования к планированию, предметы планирования, виды планирования.	ОПК-9
160.	Перспективное планирование, предметы планирования, документы планирования.	ОПК-9
161.	Этапное планирование, предметы планирования, документы планирования.	ОПК-9
162.	Оперативное планирование, предметы планирования, документы планирования.	ОПК-9

3. Критерии оценивания компетенций

3.1. Критерии оценивания компетенций при выполнении тестовых заданий

Оценка «отлично» выставляется студенту, выполнившему 88-100% от всех предложенных тестовых заданий, разных типов, самостоятельно и последовательно ориентируется в тестовых заданиях.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он выполнил правильно 87-72% предложенных тестовых заданий, ориентируется в тестовых заданиях.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он выполнил правильно 71-53 % предложенных тестовых заданий, фрагментарно ориентируется в заданиях.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он выполнил менее 52% из предложенных тестовых заданий, слабо ориентируется в заданиях.

3.2. Критерии оценивания компетенций при принятии экзамена

Оценка **«отлично»** выставляется студенту, если ответ если в полном объеме владеет понятийным аппаратом, логически мыслит, свободно отвечает на вопросы, подкрепляет свой ответ знаниями из смежных дисциплин, дает развернутый ответ на поставленный вопрос. Сформированность компетенций на высоком уровне.

Оценка **«хорошо»** выставляется студенту, если он имеет базовые знания, может аргументировать свой ответ, обладает самостоятельной активностью при ответе, допускает ошибки в формулированных терминах. Сформированность компетенций на базовом уровне.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту если он имеет разрозненные знания по изучаемой дисциплине, не обладает самостоятельной активностью при ответе, допускает ошибки в формулированных терминах. В целом сформированы, но не систематизированы умения. Сформированность компетенций на удовлетворительном уровне.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если не освоен основной понятийный аппарат, оперирует неточными формулировками, нерационально подобраны примеры для раскрытия темы, слабо ориентируется в основных вопросах собеседования. Сформированность компетенций слабая.

3.3. Критерии оценивания компетенций при написании курсовой работы

Оценка **«отлично»** выставляется студенту, если студент в курсовой работе раскрыл актуальность проблемы исследования, методологический аппарат. Содержание работы показывает, что студент в полном объеме владеет знаниями: о методах и организации проведения научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; технологию разработки документов планирования и контроля тренировочного и образовательного процесса; организационные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности и способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; виды контроля их задачи, методы измерения и критерии оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

В полном объеме сформированы умения применять на практике методы научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; применять знания технологии разработки документов планирования и контроля для формирования навыков осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса; использовать различные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности, а так же способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; проводить измерения и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

В полном объеме сформированы навыки: проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; способностью осуществлять разработку методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процесса; навыками проведения тренировочных занятия различной направленности и навыками организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; навыками осуществлять контроль с использованием методов измерения и критериев оценки физического развития, технической и физической подготовленности и психического состояния занимающихся. Выдержана логика структуры курсовой работы; представлено авторское осмысление проблемы на основе интегрированных знаний по дисциплине; результаты исследований иллюстрированы. Соблюдены требования к оформлению курсовой работы и

библиографического аппарата. Выводы системны, корректны, обоснованы, соответствуют заявленной проблеме. При защите курсовой работы автор демонстрировал понимание проблемы исследования, умение компетентно отвечать на вопросы, доклад сопровождался мультимедийной презентацией. Компетенции сформированы на повышенном уровне.

Оценка **«хорошо»** выставляется студенту, если студент при обосновании актуальности темы курсовой работы допустил недочеты, но, научный аппарат соответствует теме. Содержание работы показывает, что студент имеет базовые знания: о методах и организации проведения научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; технологию разработки документов планирования и контроля тренировочного и образовательного процесса; организационные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности и способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; виды контроля их задачи, методы измерения и критерии оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

В достаточной степени сформированы умения применять на практике методы научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; применять знания технологии разработки документов планирования и контроля для формирования навыков осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса; использовать различные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности, а так же способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; проводить измерения и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

В достаточной степени, на базовом уровне сформированы навыки: проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; способностью осуществлять разработку методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процесса; навыками проведения тренировочных занятия различной направленности и навыками организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; навыками осуществлять контроль с использованием методов измерения и критериев оценки физического развития, технической и физической подготовленности и психического состояния занимающихся... Структура работы выдержана, системна, последовательна, цели и задачи обоснованы. В работе соблюдены действующие требования к оформлению курсовой работы. Выводы соответствуют поставленным задачам, но носят абстрактный или частный характер, не охватывают проблему в полном объеме. Доклад основных положений выполнен на хорошем уровне с использованием мультимедийной презентации. Компетенции сформированы на базовом уровне.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если студент при обосновании актуальности ограничено использует и анализирует библиографические данные теоретических и научно-методических разработок по теме исследований. Содержание работы показывает, что студент имеет общее представление: о методах и организации проведения научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; технологию разработки документов планирования и контроля тренировочного и образовательного процесса; организационные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности и способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; виды контроля их задачи, методы измерения и критерии оценки

физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

В целом сформированы, но не систематизированы умения: применять на практике методы научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; применять знания технологии разработки документов планирования и контроля для формирования навыков осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса; использовать различные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности, а так же способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; проводить измерения и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

В целом сформированы, но не систематизированы навыки: проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; способностью осуществлять разработку методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процесса; навыками проведения тренировочных занятия различной направленности и навыками организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; навыками осуществлять контроль с использованием методов измерения и критериев оценки физического развития, технической и физической подготовленности и психического состояния занимающихся. В целом сущность курсовой работы раскрывает заявленную тему, но описание некоторых структурных элементов не полно, фрагментально. Структура работы выдержана. В работе соблюдены действующие требования к оформлению курсовой работы. Доклад основных положений курсовой работы выполнен на удовлетворительном уровне, с использованием информационных технологий. Компетенции сформированы на удовлетворительном уровне.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если содержание курсовой работы не отражает суть заявленной темы, выводы по работе отсутствуют или необоснованны. Содержание работы показывает, что студент имеет фрагментарные знания: о методах и организации проведения научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; технологию разработки документов планирования и контроля тренировочного и образовательного процесса; организационные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности и способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; виды контроля их задачи, методы измерения и критерии оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Частично сформированы умения: применять на практике методы научного исследования для формирования способности проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; применять знания технологии разработки документов планирования и контроля для формирования навыков осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса; использовать различные формы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности, а так же способы организации участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; проводить измерения и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Частично сформированы навыки: проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; способностью осуществлять разработку методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процесса; навыками проведения тренировочных

занятия различной направленности и навыками организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта; навыками осуществлять контроль с использованием методов измерения и критериев оценки физического развития, технической и физической подготовленности и психического состояния занимающихся.. Не соблюдена структура курсовой работы, библиографический аппарат оформлен не в соответствии с установленными требованиями. Курсовая работа представлена не в установленные сроки на кафедру. Компетенции сформированы частично.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета
физической культуры и спорта
Смышнов К.М.

«__» _____ 2023 г.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в учебно-методический комплекс по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта»
по направлению подготовки/специальности 49.03.01 Физическая культура
направленность (профиль)/специализация «Спортивная тренировка»
на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Элемент УМК	Перечень вносимых изменений	Дата изменений

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ОП
Смышнов К.М.

Рассмотрено УМК факультета ФКиС

№, дата