Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта

|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  И.о. проректора по учебной работе  к.пед.н., доцент А.С Солнцева  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  21 июня 2022 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Технология управления спортивной подготовкой»**

**Б1.В.02**

**Направление подготовки: 49.03.04. Спорт**

**ОПОП: Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании**

**Квалификация выпускника - бакалавр**

**Форма обучения:**

**очная, заочная**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан тренерского факультета, к.пед.н., доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В. Лепешкина  21 июня 2022 г.. | СОГЛАСОВАНО  Декан факультета заочной формы обучения, к.пед.н., профессор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Х. Шнайдер  21 июня 2022 г. | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 9,  9 июня 2022 г.)  Заведующий кафедрой,  Д.пед.н., профессор, К.С. Дунаев  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Малаховка, 2022**

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.04 «Спорт» *(уровень бакалавриата)*, утвержденным приказом N 886 Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25 сентября 2019 г.

**Составитель рабочей программы:**

Лепешкина Светлана Викторовна,

к.п.н., доцент кафедры ТМФК и спорта \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

Дунаев Константин Степанович,

д.п.н., профессор, заведующий кафедрой ТМФК и спорта \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Биндусов Евгений Евгеньевич,

к.п.н., профессор,

заведующий кафедрой Теории и методики гимнастики \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.04):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | **Профессиональный**  **стандарт** | **Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ** | **Аббрев. исп. в РПД** |
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.003 | [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 г. N 191н | **Т** |
| 05.002 | «Тренер-преподаватель» | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 декабря 2020 г. N 952н | **ТП** |

**Цель и задачи дисциплины:**

Сформировать профессиональные компетенции, опирающиеся на систему знаний и умений, приобретенных студентами на предыдущих курсах обучения, позволяющих им освоить основы технологии управления процессом подготовки спортсменов с учётом избранного вида спорта.

1. Создать оптимальные условия для освоения студентами основы знаний о сущности, и значении прогнозирования, моделирования в системе спортивной подготовки в объеме и на уровне требований, диктуемых характером и содержанием профессиональной деятельности бакалавра по избранному профилю. 2. Сформировать у студентов базу знаний, составляющих содержание теоретических и методологических аспектов организации, информации и управления многолетним процессом подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

3. Сформировать у студентов комплекс умений, позволяющих применять приобретенные теоретико-методические знания в организации и управлении процессом спортивной подготовки спортсменов. 4. Помочь студентам овладеть основами технологии управления процессом спортивной тренировки в избранном виде спорта.

изучениЕ дисциплины НАПРАВЛЕНО НА формирование следующих компетенций: УК-1,2; ОПК-1,2,5,9,13

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2. Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

ОПК-5. Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-9. Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся.

ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В результате изучения дисциплины студент должен проявить: | Соотнесенные профессиональные стандарты | Формируемые компетенции |
| Знать: порядок составления отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)  Уметь: выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки  Владеть: приемами анализа и оценки динамики антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на разных этапах подготовки и обучающихся | ТП: Проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6)  Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | УК - 1 |
| Знать: цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки, цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, основы методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий  Уметь: планировать тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки  Владеть: навыком выбора средства и методов тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные | ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6)  Т: Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся | УК – 2 |
| Знать: Формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям  Уметь: планировать содержание тренировочного процесса тренировочного этапа на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом динамики подготовленности, показателей контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся  Владеть: определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели выполнения занимающимися нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта, по игровым видам спорта - не ниже первого спортивного разряда | ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6)  Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | ОПК – 1 |
| Знать: цели спортивного отбора, требования к организации отбора, содержание методик спортивного отбора и ориентации  Уметь: реализовывать мероприятия спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования, определять уровень спортивной предрасположенности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта  Владеть: планированием мероприятий спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования | ТП: Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией (А/02.6)  Т: Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) (С/01.6)  Т: Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства (D/01.6) | ОПК – 2 |
| Знать: формы, методы и средства тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, формы, методы и средства предметной области Физическая культура и спорт  Уметь: осуществлять тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки и образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в сфере физической культуры и спорта  Владеть: навыком проведения тренировок по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специальных подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств занимающихся | ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6)  ТП: Проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6)  Т: Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки (С/03.6) | ОПК – 5 |
| Знать: положения теории и методики физической культуры и спорта, правила вида спорта, требования к присвоению спортивных разрядов и званий в соответствии с ЕВСК  Уметь: анализировать соревновательную деятельность и ее результаты для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях  Владеть: навыком оценивания результативности спортивной подготовки на тренировочном этапе, определения резервов, эффективных средств и методов повышения результативности тренировочного процесса | ТП: Организация участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях (А/05.6)  Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | ОПК – 9 |
| Знать: методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся  Уметь: определять уровень физической подготовленности занимающихся, прироста специальной физической и технико-тактической подготовленности, степени освоения объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)  Владеть: навыком оценивания результативности спортивной подготовки на тренировочном этапе, определять резервы, эффективные средства и методы повышения результативности тренировочного процесса | Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | ОПК – 13 |

2.Место дисциплины в структуре Образовательной Программы:

Дисциплина в структуре образовательной программы относится к обязательной части. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 6 семестре в очной и заочной формах обучения. Объем учебной дисциплины составляет 144 акад. часов. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3.Объем дисциплины и виды учебной работы:

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр |
| 6 |
| **Контактная работа преподавателя**  **с обучающимися** | | **50** | **50** |
| В том числе: | |  |  |
| Лекции | | 18 | 18 |
| Практические | | 24 | 24 |
| Методические | | 6 | 6 |
| Консультации | | 2 | 2 |
| Промежуточная аттестация: | | экзамен | + |
| **Самостоятельная работа студента**  *В том числе подготовка к промежуточной аттестации (18 час.)* | | **94** | **94** |
| **Общая**  **трудоемкость** | **часы** | **144** | **144** |
| **зачетные единицы** | **4** | **4** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр |
| 6 |
| **Контактная работа преподавателя**  **с обучающимися** | | **16** | **16** |
| В том числе: | |  |  |
| Лекции | | 4 | 4 |
| Практические занятия | | 12 | 12 |
| Промежуточная аттестация: | | экзамен | + |
| **Самостоятельная работа студента** | | **128** | **128** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **144** | **144** |
| **зачетные единицы** | **4** | **4** |

4.Содержание дисциплины:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема  (раздел) | Содержание раздела | Форма контроля |
| 1. | Структура управления тренировочным процессом | - Понятие о технологии управления тренировочным процессом  - Виды и содержание процессов управления  - Роль информации в управлении тренировочным процессом  - Прогнозирование в спорте. Методы прогнозирования  - Моделирование в системе управления тренировочным процессом  - Планирование и программирование компонентов спортивной тренировки | Опрос |
| 2. | Прогнозирование в системе подготовки спортсменов | - Виды прогнозов и методы прогнозирования  - Этапы прогнозирования  - Оперативное, текущее, этапное, долгосрочное прогнозирование | Опрос  Практическое задание |
| 3. | Моделирование в системе подготовки спортсменов | - Модели соревновательной деятельности  - Модели подготовленности спортсмена  - Морфофункциональные модели  - Модели компонентов структуры тренировочного процесса | Опрос Практическое задание |
| 4 | Контроль в системе подготовки спортсменов | - Методологические аспекты контроля в спорте  - Виды контроля в подготовке спортсмена  - Методы получения, обработки и проверки информации  - Типы обратной связи | Опрос  Практическое задание |
| 5. | Планирование тренировочного процесса | - Основные положения планирования тренировочного процесса  - Предпосылки планирования, требования к планированию тренировочного процесса  - Виды планирования  - Документы планирования | Опрос Практическое задание |
| 6. | Адаптация в спортивной тренировке | - Виды адаптации: краткосрочная адаптация, долгосрочная адаптация, адаптация  - Адаптация функциональных систем организма спортсменов к физическим нагрузкам | Опрос |
| 7. | Экстремальные условия в системе подготовки спортсмена | - Среднегорье и искусственная гипоксия в системе подготовки  - Подготовка спортсменов в условиях высоких и низких температур  - Спортсмены в условиях нарушения циркадных ритмов | Тестовый опрос |

5.ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ:

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | | Всего  часов |
| Л | М | Пр | СРС |
| 1. | Структура управления тренировочным процессом | 2 | - | 2 | 10 | 14 |
| 2. | Прогнозирование в системе подготовки спортсменов | 4 | - | 4 | 12 | 24 |
| 3. | Моделирование в системе подготовки спортсменов | 4 | 2 | 4 | 12 | 22 |
| 4. | Контроль в системе подготовки спортсменов | 2 | 2 | 2 | 12 | 22 |
| 5. | Планирование тренировочного процесса | 2 | 2 | 4 | 12 | 24 |
| 6. | Адаптация в спортивной тренировке | 2 |  | 4 | 6 | 12 |
| 7. | Экстремальные условия в системе подготовки спортсмена | 2 |  | 4 | 6 | 12 |
| Всего: | | 18 | 6 | 24 | 70 | 124 |
| Подготовка к промежуточной аттестации | | | | | | 18 |
| Предэкзаменационная консультация | | | | | | 2 |
| **ИТОГО** | | | | | | **144** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | | Всего  часов |
| Л | М | Пр | СРС |
| 1. | Структура управления тренировочным процессом | 2 | - | - | 18 | 20 |
| 2. | Прогнозирование в системе подготовки спортсменов | 1 | - | 2 | 20 | 23 |
| 3. | Моделирование в системе подготовки спортсменов | 1 | - | 2 | 22 | 25 |
| 4. | Контроль в системе подготовки спортсменов | - | - | 2 | 22 | 24 |
| 5. | Планирование тренировочного процесса | - | - | 2 | 24 | 26 |
| 6. | Адаптация в спортивной тренировке | - | - | 2 | 11 | 13 |
| 7. | Экстремальные условия в системе подготовки спортсмена | - | - | 2 | 11 | 13 |
| Всего: | | 4 | - | 12 | 128 | 144 |

6.Перечень основной и дополнительной литературы, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

**6.1. Основная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Автор, наименование** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
| 1 | **Верхошанский, Ю. В.**Программирование и организация тренировочного процесса / Ю. В. Верхошанский. – 2-е изд., стер. – Москва: Спорт, 2019. – 182 с.: ил. – (Олимпийское образование). – ISBN 978-5-907225-03-9: 300.00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 12 |  |
| 2 | **Виноградов Г. П.**Теория спортивной тренировки [Макрообъект]: учебное пособие / Г. П. Виноградов; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 1999. - табл. - Библиогр.: с. 102-103. - ISBN 5-7065-0374-5. | 50 |  |
| 3 | **Губа, В. П.**Основы спортивной подготовки. Методы оценки и прогнозирования. Морфобиомеханический подход: научно-методическое пособие / В. П. Губа. – Москва: Советский спорт, 2012. – ил. – Библиогр.: 143 назв. на рус. и ин.яз. – ISBN 978-5-9718-0577-9: 446.00. – Текст (визуальный): непосредственный | 15 |  |
| 4 | **Двейрина О. А.**Теория спорта - конспекты лекций, вопросы для самопроверки и задания по УИРС [Макрообъект]: учебно-методическое пособие / О. А. Двейрина; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 2003. - Библиогр.: с. 121-124. | 25 |  |
| 5 | **Зуев, В. Н.**Управление системой спортивного соревнования на федеральном и региональном уровнях: учебное пособие / В. Н. Зуев. – Москва: Физическая культура, 2016. – 256 с.: ил. – ISBN 978-5-9746-0190-3: 500.00. – Текст (визуальный) : непосредственный. | 25 |  |
| 6 | **Курамшин Ю. Ф.**   Высшие спортивные достижения как объект системного анализа [Макрообъект]: монография / Ю. Ф. Курамшин; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - 2-е изд., доп.; Электрон, дан. - СПб., 2002. - табл. - Библиогр.: с. 144-145. | 100 |  |
| 7 | **Менхин Ю.В.** Физическая подготовка спортсмена (методологические основы): учебное пособие / Ю. В. Менхин; Московская государственная академия физической культуры. – [Б. м.], 1997. – 84 с. : ил. – б/ц. – Текст (визуальный) : непосредственный. | 61 |  |
| 8 | **Менхин Ю. В.** Комбинированные и комплексные упражнения: учебное пособие / Ю. В. Менхин, А. В. Менхин; Московская государственная академия физической культуры. – 2-е изд. – Малаховка, 2006. – 64 с. – 57.81. – Текст (визуальный) : непосредственный | 48 |  |
| 9 | **Никитушкин, В. Г.** Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов: монография / В. Г. Никитушкин. – Москва: Физическая культура, 2013. – 198 с.: ил. – Библиогр.: с. 193-196. – ISBN 978-5-9746-0140-8: 986.00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 11 |  |
| 10 | **Платонов, В. Н.**  Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте: настольная книга тренера. Т. 2 / В. Н. Платонов. – Москва: Принтлето, 2021. – 1199 с.: ил. – Библиогр.: с. 1144-1199. – ISBN 978-5-6046191-1-7: 300.00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 10 |  |
| 11 | **Селуянов, В. Н.** Определение одаренностей и поиск талантов в спорте: учебное пособие / В. Н. Селуянов, М. П. Шестаков. – Москва: СпортАкадемПресс, 2000. – 111 с.: ил. – (Наука-спорту). – Библиогр.: с. 99-111. – ISBN 5-8134-0023-0 : 35.00: 165.76. – Текст (визуальный) : непосредственный | 13 |  |
| 12 | **Семёнов Л. А.**  Определение спортивной пригодности детей и подростков: Биологические и психолого-педагогические аспекты: учебно-методическое пособие / Л. А. Семёнов. – Москва: Советский спорт, 2005. – 141 с.: ил. – Библиогр.: с. 137-140. – ISBN 5-85009-969-7 : 116.48. – Текст (визуальный): непосредственный | 6 |  |
| 13 | **Серова, Л. К.** Психология личности спортсмена: учебное пособие для академического бакалавриата / Л. К. Серова. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2017. - 121 с. - (Бакалавр. Академический курс). - Библиогр.: с. 118-122. - ISBN 978-5-534-03083-9 | 50 |  |
| 14 | **Смирнов Ю. И.** Комплексная оценка и контроль спортивной подготовленности: учебное пособие / Ю. И. Смирнов; МОГИФК. – Малаховка, 1986. – 68 с. – 0.25. – Текст (визуальный) : непосредственный | 13 |  |
| 15 | **Смирнов Ю. И.** Основные свойства и показатели спортивной подготовленности: учебное пособие / Ю. И. Смирнов; МОГИФК. – Малаховка, 1987. – 48 с. – 0.25. – Текст (визуальный) : непосредственный | 7 |  |
| 16 | **Теория и методика физической культуры**: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 3-е изд., стереотип. // - М.: Советский спорт, 2007. - 463 с. | 51 |  |
| 17 | **Теория и методика физического воспитания и спорта**: учебное пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 5-е изд., стереотип.  // М.: ACADEMIA, 2007. - 478 с. | 99 |  |
| 18 | **Тихомиров, А. К.**  Управление подготовкой в спорте: монография / А. К. Тихомиров; Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2010. – 229 с.: ил. – Библиогр.: с. 220-227. – ISBN 978-5-212-01184-5: 247.37. – Текст (визуальный) : непосредственный | 43 |  |
| 19 | **Тихомиров, А. К**.  Современная спортивная подготовка: монография / А. К. Тихомиров; Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2016. – 227 с.: ил. – Библиогр.: с. 217-225. – ISBN 978-5-00063-006-8: 292.00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 30 |  |
| 20 | **Туманян, Г. С.** Предварительный контроль: учебное пособие. Ч. 5, кн. 22 / Г. С. Туманян, В. В. Гожин. – Москва: Советский спорт, 2002. – 48 с.: ил. – (Библиотечка единоборца). – ISBN 5-85009-643-4: 50,00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 2 |  |
| 21 | **Управление спортивной подготовкой: теоретико-методологические основания**: монография / В. В. Рыбаков, А. В. Уфимцев, А. И. Федоров, М. Н. Ахмедзянов; УралГАФК. – Челябинск: СпортАкадемПресс, 2003. – 480 : ил. – Библиогр.: с. 417-459. – ISBN 5-8134-0004-4 : 504.96: 559.94. – Текст (визуальный) : непосредственный. | 9 |  |
| 22 | **Фискалов В. Д.**Теоретические основы и организация подготовки спортсменов [Макрообъект]: 1учебное пособие / В. Д. Фискалов; ВГАФК. - Волгоград, 2010. - ил. - Библиогр.: в конце каждой главы. | 50 |  |
| 23 | **Чесноков, Н. Н.** Управление спортивной подготовкой высококвалифицированных спортсменов: монография / Н. Н. Чесноков, В. Г. Никитушкин, А. П. Морозов. - М., 2017. - 247 с. - Библиогр.: с. 246-247. - ISBN 978-5-905395-49-9 | 15 |  |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Автор, наименование** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
| 1 | **Алексеева О. И.** Теоретико-методические основы подготовки пловца в вузе: учебное пособие / О. И. Алексеева, В. И. Григорьев. – Москва: Теория и практика физической культуры, 2003. – 161 с.: ил. – ISBN 5-93512-018-6 : 204.80. – Текст (визуальный) : непосредственный. | 2 |  |
| 2 | **Гаврилова, Е. А.**  Спорт, стресс, вариабельность: монография / Е. А. Гаврилова. – Москва: Спорт, 2015. – 167 с.: ил. – (Библиотечка спортивного врача и психолога). – Библиогр.: с. 147-167. – ISBN 978-5-9906578-4-7: 794.00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 5 |  |
| 3 | **Гомельский, Е. Я.** Основные направления подготовки спортивного резерва в баскетболе: методическое пособие / Е. Я. Гомельский. - М., 2017. - 269 с. - Библиогр.: с. 256. - ISBN 978-5-905395-51-2 | 50 |  |
| 4 | **Иссурин, В. Б.**  Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография / В. Б. Иссурин. – Москва: Советский спорт, 2012. – 282 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0410-9: 100,00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 1 |  |
| 5 | **Ишимова, И. Н.**  Инновационный менеджмент: учебно-методическое пособие / И. Н. Ишимова, О. А. Клестова; УралГУФК. – Челябинск, 2009. – 95 с. – Библиогр.: с. 91-93. – б/ц. – Текст (визуальный) : непосредственный | 1 |  |
| 6 | **Кулиненков, О. С.** Медицина спорта высших достижений / О. С. Кулиненков. - М.: Спорт, 2016. - 318 с.: ил. - Библиогр.: с. 307-314. - ISBN 978-5-9907239-6-2 | 15 |  |
| 7 | **Курамшин, Ю. Ф.**  Как найти спортивный талант в хоккее: учебное пособие / Ю. Ф. Курамшин, Л. В. Михно; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2013. – 173 с.: ил. – (Библиотечка детского тренера (БДТ)). – Загл. на тит. л.: Теория и методика избранного вида спорта (хоккей): "Отбор в хоккее". – Библиогр.: с. 165-173. – 763.40. – Текст (визуальный) : непосредственный | 10 |  |
| 8 | **Лысов, П. К.**  Морфологическая экспертиза профессиональной пригодности спортсменов / П. К. Лысов; Московская государственная академия физической культуры. – Москва, 2006. – 112 с. : ил. – б/ц. – Текст (визуальный): непосредственный | 1 |  |
| 9 | **Менхин Ю. В.** Управление подготовкой гимнастов: учебное пособие / Ю. В. Менхин ; МОГИФК. – Малаховка, 1988. – 66 с. – 0.20. – Текст (визуальный) : непосредственный | 6 |  |
| 10 | **Попков В. Н.**  Тестирование и оценивани: учебное пособие / В. Н. Попков; СибГУФК. – Омск, 2004. – 73 с.: ил. – Библиогр: с. 71-72. – б/ц. – Текст (визуальный) : непосредственный | 1 |  |
| 11 | **Психология деятельности в экстремальных условиях**: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / под ред. А. Н. Блеера. – Москва: Академия, 2008. – 253 с.: ил. – (Высшее профессиональное образование). – Библиогр.: с. 250. – ISBN 978-5-7695-3869-8 : 260.70. – Текст (визуальный): непосредственный | 8 |  |
| 12 | **Селуянов, В. Н.** Определение одаренностей и поиск талантов в спорте: учебное пособие / В. Н. Селуянов, М. П. Шестаков. – Москва: СпортАкадемПресс, 2000. – 111 с.: ил. – (Наука-спорту). – Библиогр.: с. 99-111. – ISBN 5-8134-0023-0 : 35.00: 165.76. – Текст (визуальный) : непосредственный | 13 |  |
| 13 | **Семёнов Л. А.**  Определение спортивной пригодности детей и подростков: Биологические и психолого-педагогические аспекты: учебно-методическое пособие / Л. А. Семёнов. – Москва: Советский спорт, 2005. – 141 с.: ил. – Библиогр.: с. 137-140. – ISBN 5-85009-969-7 : 116.48. – Текст (визуальный): непосредственный | 6 |  |
| 14 | **Серова, Л. К.** Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2017. - 158 с. - (Университеты России). - Библиогр.: с. 154-160. - ISBN 978-5-534-03264-2 | 25 |  |
| 15 | **Тараканов, Б. И.**  Педагогические основы управления подготовкой борцов: монография / Б. И. Тараканов; СПбГАФК. – Санкт-Петербург, 2000. – табл. – Библиогр.: с. 148-159. – ISBN 5-7065-0392-3. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 16.02.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 |  |
| 16 | **Туманян, Г. С.** Предварительный контроль: учебное пособие. Ч. 5, кн. 22 / Г. С. Туманян, В. В. Гожин. – Москва: Советский спорт, 2002. – 48 с.: ил. – (Библиотечка единоборца). – ISBN 5-85009-643-4: 50,00. – Текст (визуальный) : непосредственный | 2 |  |
| 17 | **Электрокардиограмма спортсмена: норма, патология и потенциально опасная зона** / Г. А. Макарова [и др.]. - М.: Спорт, 2018. - 254 с.: ил. - (Библиотечка спортивного врача и психолога). - Библиогр.: с. 237-253. - ISBN 978-5-9500178-8-9 | 15 |  |
| 18 | **Энциклопедия олимпийского спорта**: В 5 т. Т. 4. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2002. – 607 с.: ил. – Библиогр.: с. 590-607. – ISBN 966-7133-55-9 : 839.84. – Текст (визуальный) : непосредственный | 1 |  |

7.Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫХ И ПОИСКОВЫХ СИСТЕМ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

1. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
2. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
3. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" <https://Lanbook.com>
4. Электронно-библиотечная система IPRbooks<http://www.iprbookshop.ru>
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://biblio-online.ru>
6. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://rucont.ru/>
7. Министерство образования и науки Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
8. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
9. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
10. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
11. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
12. Сайт "ФизкультУРА" содержит информацию для любителей активного отдыха, здорового образа жизни и специалистов по физической культуре и спорту - <http://www.fizkult-ura.ru/node>.

13. Официальный сайт «Спортивная Россия», открытая платформа - <http://www.infosport.ru>

14. Официальный сайт журнала «Теория и практика физической культуры» - <http://www.teoriya.ru/ru>.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

**8.1. Перечень специализированных аудиторий и компьютерной техники.**

Для проведения лекционных и семинарских занятий:

**-** поточная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (лекционные залы №№ 1,2);

**-** учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (аудитории № 121, № 421);

**-** учебно-методическая литература: учебники, учебные пособия, научная и специальная литература, периодическая литература в библиотеке и читальном зале МГАФК; методический кабинет академии № 426; кабинет для самостоятельной подготовки студентов № 409.

**8.2. В качестве программного обеспечения** используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

**8.3. Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии, организованы занятия на 1 этаже главного здания. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи«ElBrailleW14J G2;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система FrontRowtoGo в комплекте (системы свободного звукового поля);

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к Рабочей программе дисциплины*

*«Теория и методика спорта»*

)

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № \_\_\_ от «21» июня 2022г.

Председатель УМК,

и.о. проректора по учебной работе

к.пед.н., доцент А.С. Солнцева

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Министерство спорта Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**По дисциплине Теория и методика спорта**

**Б1.О.14.02**

**Направление подготовки**

49.03.04 Спорт

***ОПОП: «Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании»***

**Квалификация выпускника - бакалавр**

**Форма обучения:**

очная/заочная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 9, от 09.06.2022 г.)  Заведующий кафедрой,  д.пед.н., профессор, К.С. Дунаев  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
|  |

**Малаховка, 2022**

**1. Паспорт фонда оценочных средств**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Компетенция** | **Трудовые функции (при наличии)** | **Индикаторы достижения** |
| УК – 1  Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач | 05.002 Тренер-преподаватель  ТП: Проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6) 05.003  [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | Знает: порядок составления отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)  Умеет: выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки  Владеет: приемами анализа и оценки динамики антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на разных этапах подготовки и обучающихся |
| УК – 2  Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | 05.002 Тренер-преподаватель  ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6) 05.003  [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р Т: Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся | Знает: цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки, цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, основы методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий  Умеет: планировать тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки  Владеть: навыком выбора средства и методов тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные |
| ОПК – 1  Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста | 05.002 Тренер-преподаватель  ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6) 05.003  [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | Знает: Формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям  Умеет: планировать содержание тренировочного процесса тренировочного этапа на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом динамики подготовленности, показателей контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся  Владеет: определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели выполнения занимающимися нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта, по игровым видам спорта - не ниже первого спортивного разряда |
| ОПК – 2  Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования | 05.002 Тренер-преподаватель  ТП: Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией (А/02.6) 05.003  [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р Т: Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) (С/01.6)  Т: Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства (D/01.6) | Знает: цели спортивного отбора, требования к организации отбора, содержание методик спортивного отбора и ориентации  Умеет: реализовывать мероприятия спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования, определять уровень спортивной предрасположенности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта  Владеет: планированием мероприятий спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования |
| ОПК – 5  Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях | 05.002 Тренер-преподаватель  ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6)  ТП: Проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6) 05.003  [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р Т: Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки (С/03.6) | Знает: формы, методы и средства тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, формы, методы и средства предметной области Физическая культура и спорт  Умеет: осуществлять тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки и образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в сфере физической культуры и спорта  Владеет: навыком проведения тренировок по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специальных подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств занимающихся |
| ОПК – 9  Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся | 05.002 Тренер-преподаватель  ТП: Организация участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях (А/05.6) 05.003  [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | Знает: положения теории и методики физической культуры и спорта, правила вида спорта, требования к присвоению спортивных разрядов и званий в соответствии с ЕВСК  Умеет: анализировать соревновательную деятельность и ее результаты для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях  Владеет: навыком оценивания результативности спортивной подготовки на тренировочном этапе, определения резервов, эффективных средств и методов повышения результативности тренировочного процесса |
| ОПК – 13  Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом | 05.003  [Трене](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0)р Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | Знает: методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся  Умеет: определять уровень физической подготовленности занимающихся, прироста специальной физической и технико-тактической подготовленности, степени освоения объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)  Владеет: навыком оценивания результативности спортивной подготовки на тренировочном этапе, определять резервы, эффективные средства и методы повышения результативности тренировочного процесс |

**Составители:**

С.В. Лепешкина, к.п.н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

М.В. Перезва, преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»**

**Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта**

**Объемные требования к экзамену**

по дисциплине **«Технологии управления спортивной подготовкой»**

1. Система, структура и краткая характеристика основных компонентов спортивной подготовки;

2. Структурно - логическая схема управления учебно-тренировочным процессом: основные объекты как функциональные системы, принципы их организации и функционирования;

3. В чем заключается универсальность принципов теории функциональной системы для организации и управления учебно-тренировочным процессом (УТП)?

4. Какова роль структурно-функционального подхода в организации и оптимизации технологии управления процессом спортивной тренировки?

5. Объясните диалектическую взаимосвязь основных структур, составляющих систему управления по схеме: «организация - информация – управление», их функции и роль в системе управления?

6. Понятие «информация» и её значение в оптимизации технологии управления учебно- тренировочной и соревновательной деятельностью.

7. Характеристика и роль «прямой» и «обратной» связи в системе управления процессом спортивной тренировки.

8. Критерии объективности, информативности и надежности информации о состоянии объектов управления.

9. Комплексный контроль как аппарат оптимального управления в системе спортивной подготовки.

10. Представьте структурно-логическую схему комплексного контроля и его разновидности, объясните особенности измеряемых свойств и типов состояний отдельных сторон интегральной подготовленности спортсменов.

11. Что такое комплексное тестирование? Что используется в качестве средств и способов получения, оценки и интерпретации информации о состоянии объектов управления? Что необходимо учитывать при использовании комплексного контроля за динамикой состояния организма спортсмена?

12. Основы современной теории адаптации и основные принципы приспособления ведущих систем организма к постоянно возрастающим разнохарактерным нагрузкам, механизмы компенсации нарушенных функций.

13. Закономерности и алгоритм формирования срочного, отставленного и кумулятивного тренировочных эффектов адаптации к разнохарактерным нагрузкам во временном интервале годичного цикла спортивной тренировки.

14 Способы получения, обработки и интерпретации информации о состоянии объектов управления;

15. Основы технологии контроля и оценки динамики состояния объектов управления

16. Теоретические основы и методологические аспекты технологии управления процессом спортивной подготовки;

17. Понятия «технология» и «объекты» управления: объяснить и дать краткую характеристику технологического процесса;

18. Теоретические основы и практические вопросы моделирования как основного метода управления процессом спортивной подготовки; Какие при этом особенности следует учитывать при разработке индивидуальных моделей психофизического состояния спортсмена?

19. Понятие «модели», модельные характеристики соревновательной деятельности, психофизиологического состояния основных компонентов интегральной подготовленности и педагогических воздействий (нагрузки);

20. Алгоритм построения моделей соревновательной деятельности, интегральной подготовленности (психофизиологического состояния) спортсменов;

21. Уровни и назначение моделей в системе управления процессом спортивной подготовки;

22. Алгоритм разработки модельных характеристик соревновательной деятельности спортсменов;

23. Алгоритм построения моделей интегральной подготовленности с учетом вида спортивной деятельности, характера отклонения в психофизическом состоянии и этапа подготовки;

24. Особенности моделирования нагрузки в различных структурных образованиях УТП годичного цикла подготовки спортсменов;

25. Основания в принятии решений для внесения коррекций в учебно-тренировочную программу по ходу её реализации;

26. Роль и место методов математической статистики в решении задач управления подготовкой спортсменов;

27. Какие шкалы измерений используются для количественной и качественной оценки состояния объектов управления?

28. Алгоритм определения объективности, достоверности и аргументированности информации для оценки состояния объектов управления;

29. Теоретические основы и практические вопросы проблемы прогнозирования в спорте;

30. Исходные понятия прогностики, особенности, направления и виды прогноза;

31. Особенности применения методов уравнения множественной регрессии и математической экстраполяции при составлении модельных характеристик краткосрочного и среднесрочного прогноза динамики соревновательной деятельности (на примере ИВС);

32. Формирование экспертной группы и алгоритм применения метода экспертных оценок при разработке прогноза;

33. Возможности использования современных источников получения информации для оптимизации технологии управления процессом спортивной подготовки-инвалидов.

34. Понятие и виды адаптации спортсмена

35. Характеристика срочной адаптации спортсмена

35. Характеристика долгосрочной адаптации спортсмена к нагрузкам

36. Характеристика деадаптации в спорте

37. Адаптация организма спортсменов к высотной гипоксии

38. Особенности тренировки спортсменов сложно-координационных видов спорта в условиях среднегорья

39. Особенности тренировки спортсменов циклических видов спорта в условиях среднегорья

40. Комплексный контроль и оценка состояния объектов управления как средство и способ получения информации по каналам прямой и обратной связи

41. Сущность информации, типы связи и особенности отношений между прямой и обратной связи, положительная и отрицательная связь, функциональная и вероятностная (корреляционная) формы связи

42. Теоретико-методические аспекты информации: источники, средства и методы получения, обработки, оценки и интерпретации информации о состоянии объектов управления

43. Требования к выбору совокупности тестов, используемых в качестве основного источника и средства получения информации: комплексное тестирование и алгоритм получения, обработки, оценки, интерпретации и принятия решения

**Критерии оценки:**

* оценка «**отлично**» выставляется обучающемуся, если полностью раскрыто содержание вопроса; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;
* оценка «**хорошо**» выставляется обучающемуся, если ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.
* оценка «**удовлетворительно**» ставится, если неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов.
* оценка «**неудовлетворительно**» ставится, если не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей, или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.

**Вопросы для опроса по дисциплине**

**«Технологии управления спортивной подготовкой»**

*Очная/заочная форма обучения*

**Раздел 1. Структура управления тренировочным процессом.**

1. Воспроизведите простейшую универсальную схему управления процессом спортивной подготовки. Объясните значение прямой и обратной связи
2. Какую роль и место занимает метод комплексного контроля и метод моделирования в системе управления тренировочным процессом.
3. Понятие о технологии управления УТП, объясните простую схему и значение основных компонентов управления в системе подготовки
4. Понятие информации, основные принципы «прямой» и «обратной связи», «необходимого разнообразия».
5. Внешнее информационное обеспечение
6. Внутреннее информационное обеспечение
7. Понятия энтропии, «управляющая» и «управляемая» подсистемы, объекты управления, особенности и способы коррекции принятых решений.
8. Понятия организация, информация и управление, алгоритм логических действий, обеспечивающих целенаправленную управленческую деятельность.
9. Понятие адаптивное управление
10. Понятие процессно-ориентированное управление
11. Оперативное управление УТП
12. Текущее управление УТП
13. Этапное управление УТП
14. Долгосрочное управление УТП

**Раздел 2. Прогнозирование в системе подготовки спортсменов**

1. Понятие прогнозирования в спорте
2. Виды прогнозов в спорте: оперативные
3. Виды прогнозов в спорте: текущие
4. Виды прогнозов в спорте: этапные
5. Виды прогнозов в спорте: долгосрочные
6. Методы прогнозирования: количественные; качественные

**Раздел 3. Моделирование в системе подготовки спортсменов**

1. Группы моделей, используемые в системе подготовки спортсменов
2. Обобщенные модели тренировочной и соревновательной деятельности
3. Групповые модели тренировочной и соревновательной деятельности
4. Индивидуальные модели тренировочной и соревновательной деятельности
5. Модели соревновательной деятельности
6. Модели подготовленности спортсменов
7. Модели подготовки спортсменов

**Раздел 4. Контроль в системе подготовки спортсменов**

1. Основы этапного управления УТП. Оценка этапного состояния спортсменов.
2. Осуществление контроля динамики нагрузки
3. Виды контроля в спорте
4. Формы контроля в спорте.
5. Значение комплексного контроля в спорте.
6. Контроль как средство получения информации

**Раздел 5. Планирование тренировочного процесса**

1. Понятие планирования в спорте
2. Виды планирования и планов спортивной подготовки.
3. Структура и содержание планов спортивной подготовки
4. Учет в спорте

**Раздел 6. Адаптация в спортивной тренировке**

1. Закономерности адаптации к постоянно повышающимся нагрузкам
2. Принципы, обуславливающие эффективность построения тренировочного процесса
3. Основные признаки, определяющие функциональное состояние спортсмена. Причины утомления и сущность сверхвосстановления
4. Раскройте понятие адаптации. Признаки классификации нагрузки
5. Кумулятивный и отсроченный тренировочный эффект

**Раздел 7. Экстремальные условия в системе подготовки спортсмена**

1. Цель использования изменения естественно-средовых и искусственно-управляемых условий в тренировочном и соревновательном процессе
2. Внешние факторы, влияющие на изменение физической нагрузки при выполнении упражнений в горных условиях
3. Внешние факторы, влияющие на изменение физической нагрузки при выполнении упражнений в различных температурных условиях и влажности
4. Тренировка на какой высоте над уровнем моря может оказывать положительное влияние на подготовку спортсмена?
5. Какие пластические изменения происходят в организме спортсменов при тренировке в горных условиях7
6. Одинаково ли влияют тренировки в горных условиях на спортсменов видов спорта с преимущественным проявлением: быстроты, силы, скоростно-силовых способностей, выносливости?
7. Сроки (периоды) адаптации к новым климатическим условиям?
8. Какие положительные изменения и в течение какого периода сохраняются после тренировок в горных условиях
9. Структура изменений в организме спортсмена после перемещения через несколько часовых поясов
10. Что Вы понимаете под «искусственной управляющей средой» в подготовке спортсменов?
11. Направления реализации концепции «искусственной управляющей среды»

**Критерии оценки:**

**Оценка «зачтено»** выставляется обучающемуся, если:

- при ответе он демонстрирует полное знание и понимание вопроса, сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей;

- самостоятельно и аргументировано анализирует, обобщает и делает выводы с использованием принятой терминологии, сопровождает их правильно и самостоятельно подобранными, не только из учебника, конкретными примерами;

- свободно владеет материалом и излагает его литературным языком; правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; допускает не более 2-3 негрубых недочетов, которые легко исправляет по требованию преподавателя.

**Оценка «не зачтено»** выставляется, если:

- обучающийся не овладел ни одним из элементов компетенции по дисциплине «Туризм», т.е. имеются существенные пробелы в знании основного программного материала, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом;

- отсутствует логическое изложение материала; не понимает смысла поставленного вопроса, при ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя; не может дать аргументированный и правильный ответ ни на один из поставленных вопросов.

**Практические задания по дисциплине**

**«Технологии управления спортивной подготовкой»**

**Раздел 2. Прогнозирование в системе подготовки спортсменов**

**Задание 1.** По данным отчетов МОК и НОК России выясните результативность выступления спортсменов в вашем виде спорта в течение последних 3 олимпийских циклов, частоту изменения правил вида спорта, условия комплектования сборных команд страны и др. Каков на ваш взгляд прогноз развития вашего вида спорта как олимпийского?

**Раздел 3. Моделирование в системе подготовки спортсменов**

**Задание 1.** Представьтемодель подготовки спортсмена УТГ3 вашего вида спорта в подготовительном периоде

**Задание 2.** Представьте модельные характеристики потенциальных спортивных возможностей юного спортсмена в ИВС

**Раздел 4. Контроль в системе подготовки спортсменов**

**Задание 1.** По дневникам спортсмена оцените объем тренировочных нагрузок в мезоцикле подготовки спортсмена

**Раздел 5. Планирование тренировочного процесса**

**Задание 1.** Составьте план – программу поддержания спортивной формы между двумя соревновательными периодами для спортсменов этапа совершенствования спортивного мастерства

**Критерии оценки:**

**Оценка «зачтено»** выставляется обучающемуся, если:

- при ответе он демонстрирует полное знание и понимание вопроса, сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей;

- самостоятельно и аргументировано анализирует, обобщает и делает выводы с использованием принятой терминологии, сопровождает их правильно и самостоятельно подобранными, не только из учебника, конкретными примерами;

- свободно владеет материалом и излагает его литературным языком; правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; допускает не более 2-3 негрубых недочетов, которые легко исправляет по требованию преподавателя.

**Оценка «не зачтено»** выставляется, если:

- обучающийся не овладел ни одним из элементов компетенции по дисциплине «Туризм», т.е. имеются существенные пробелы в знании основного программного материала, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом;

- отсутствует логическое изложение материала; не понимает смысла поставленного вопроса, при ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя; не может дать аргументированный и правильный ответ ни на один из поставленных вопросов.

**ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»**

**Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта**

**Тематика рефератов по дисциплине**

**«Технологии управления спортивной подготовкой»**

*Очная/заочная форма обучения*

**Раздел 4. Основы обшей теории построения и технология управления процессом многолетней подготовки квалифицированных спортсменов. Понятие технологии; теоретические и практические вопросы проблемы моделирования как основного метода управления.**

1. Модельно-целевой подход к управлению процессом спортивной подготовки: общие положения и предпосылки для разработки модельных характеристик объектов управления: соревновательной деятельности, интегральной подготовленности (состояния ведущих функциональных систем организма) спортсменов, педагогических воздействий.

2. Модельное проектирование структуры и содержание педагогических воздействий.

3. Алгоритм моделирования, проектное моделирование, моделирование целевой соревновательной деятельности, моделирование тренировочных эффектов, сдвигов в состоянии ведущих ФС спортсмена и готовности его к достижениям.

4. Алгоритм построения моделей объектов управления, уровни и разновидности моделей.

**Раздел 6. Теоретические и практические вопросы моделирования и прогнозирования в системе оптимального управления процессом спортивной подготовки.**

1.Теоретические основы и практические вопросы прогнозирования в спорте: исходные понятия прогноза и прогнозирования, их роль и функции в системе управления.

2. Виды прогнозов в спорте: оперативный, краткосрочный, среднесрочный, долгосрочный.

3. Методы прогнозирования – интуитивные, изыскательские, нормативные методы и их разновидности, методы обратных связей.

4. Особенности построения модельных характеристик на основе методов прогнозирования - обобщенных, групповых и индивидуальных.

**Критерии оценки:**

**Оценка «отлично»** выставляется обучающемуся, если:

- выполнены все требования к написанию реферата: выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению;

- обозначена проблема и обоснована ее актуальность;

- сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция;

- прослеживается умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал;

- сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

**Оценка «хорошо»** ставится, если:

- не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении;

- допущены недочеты в изложении материала, нарушена логическая последовательность в суждениях и незначительные терминологические неточности;

- не обозначена в тексте реферата личная позиция автора на освещаемую проблематику.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если:

- имеются существенные отступления от оформления требований к написанию реферата;

- тема освещена лишь частично;

- допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы;

- не использованы литературные источники последнего десятилетия;

- отсутствуют выводы.

**Оценка «неудовлетворительно» ставится, если:**

- тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы;

- не обоснованно выбраны литературные источники;

- отсутствуют выводы;

- в тексте допущены ошибки в орфографии, синтаксисе и пунктуации.

**ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»**

**Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта**

**Вопросы для письменной проверочной работы**

**по дисциплине**

**«Технологии управления спортивной подготовкой»**

*Очная/заочная форма обучения*

**Раздел 2. Система спортивной подготовки – сложноорганизованный динамично развивающийся объект управления: функции теории систем, принципы организации, информации и управления процессом спортивной тренировки.**

1. Принцип системного моделирования соревновательной деятельности как универсальный метод технологии управления.

**Раздел 3. Сущность информации, её роль и значение в оптимизации управления процессом спортивной подготовки. Комплексный контроль и оценка состояния объектов управления как средство и способ получения информации по каналам прямой и обратной связи**

1. Структурно-логическая схема управления и функции «обратной» связи в системе управления процессом.

**Критерии оценки:**

* оценка «**отлично**» выставляется обучающемуся, если полностью раскрыто содержание вопроса; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;
* оценка «**хорошо**» выставляется обучающемуся, если ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один и недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.
* оценка «**удовлетворительно**» ставится, если неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов.
* оценка «**неудовлетворительно**» ставится, если не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.

**ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»**

**Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта**

**Кейс-задачи**

**по дисциплине**

**«Технологии управления спортивной подготовкой»**

*Очная/заочная форма обучения*

**Раздел 5. Математическая статистики, её роль и место в системе оптимального управления процессом многолетней спортивной подготовки.**

**Задание:** определить степень достоверности различий между спортивным результатом, показанным спортсменами контрольной и экспериментальной группы (по заданию преподавателя).

**Раздел 6. Теоретические и практические вопросы моделирования и прогнозирования в системе оптимального управления процессом спортивной подготовки.**

**Задание:** составить краткосрочный прогноз динамики уровня развития специальной выносливости спортсменов на основе метода экстраполяции (на примере ИВС).

**Критерии оценки:**

- **оценка «зачтено»** выставляется обучающемуся, если отмечается грамотное, логичное, безошибочное изложение материала; свободное владение профессиональной терминологией; умение высказывать и обосновать свои суждения; студент дает четкий, полный, правильный ответ на теоретические вопросы, прослеживается связь теории с практикой;

- **оценка «не зачтено»** выставляется обучающемуся, если отсутствуют необходимые теоретические знания; допущены ошибки в определении понятий, искажен их смысл, не решен кейс; в ответе студента проявляется незнание основного материала учебной программы, допускаются грубые ошибки в изложении, терминологии, не может применять знания для решения кейса.

**Раздел 1. Сущность спорта и спортивной деятельности, функции спорта.**

1 Определение основных понятий: спорт, спортивная деятельность, спортсмен, спортивное соревнование, спортивное достижение, соревновательная деятельность, спортивная тренировка, спортивная подготовка, спортивная квалификация

истоки и определяющие черты спорта и спортивной деятельности.

2. Основные факторы, регламентирующие спортивную деятельность.

3. Многообразие видов спортивной деятельности, их классификационная характеристика.

4. Функции спорта: достиженческая, подготовительная, нормативная, эвристическая, экономическая, зрелищная, рекреативная, оздоровительная, престижная, социализации, международная

5. Место спорта в системе воспитания личности.

6. Место спортивных соревнований в системе многолетней подготовки спортсмена.

7. Нормативно-правовые документы, регламентирующие соревновательную и спортивную деятельность

8. Спорт и спортивные соревнования как неотъемлемая часть культуры общества.

9. Спорт и спортивные соревнования как неотъемлемая часть культуры общества

**Раздел 5. Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки.**

1. Понятие спортивного отбора и спортивной ориентации
2. Связь отбора и ориентации с этапами многолетней подготовки спортсменов
3. Организация и содержание спортивного отбора
4. Критерии спортивного отбора.
5. Этапы спортивного отбора
6. Контрольные упражнения (тесты), которые целесообразно применять на начальных этапах спортивного отбора в ИВС
7. Прогностически значимые признаки, которые необходимо учитывать при массовом отборе юных спортсменов в спортивные школы

**Раздел 6. Контроль в спортивной тренировке**

1. Виды спортивного контроля: этапный, текущий, оперативный, углубленный (комплексный), избирательный, локальный, педагогический, медико-биологический, социально-психологический
2. Цели и задачи спортивного контроля.
3. Средства и методы спортивного контроля
4. Требования к показателям спортивного контроля
5. Задачи и содержание контроля технической подготовленности
6. Задачи и содержание контроля физической подготовленности
7. Задачи и содержание контроля тактической подготовленности
8. Задачи и содержание контроля психологической подготовленности
9. Контроль соревновательной деятельности
10. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок

**Раздел 7. Экстремальные условия в системе подготовки спортсмена.**

1. Цель использования изменения естественно-средовых и искусственно-управляемых условий в тренировочном и соревновательном процессе
2. Внешние факторы, влияющие на изменение физической нагрузки при выполнении упражнений в горных условиях
3. Внешние факторы, влияющие на изменение физической нагрузки при выполнении упражнений в различных температурных условиях и влажности
4. Тренировка на какой высоте над уровнем моря может оказывать положительное влияние на подготовку спортсмена?
5. Какие пластические изменения происходят в организме спортсменов при тренировке в горных условиях7
6. Одинаково ли влияют тренировки в горных условиях на спортсменов видов спорта с преимущественным проявлением: быстроты, силы, скоростно-силовых способностей, выносливости?
7. Сроки (периоды) адаптации к новым климатическим условиям?
8. Какие положительные изменения и в течение какого периода сохраняются после тренировок в горных условиях
9. Структура изменений в организме спортсмена после перемещения через несколько часовых поясов
10. Что Вы понимаете под «искусственной управляющей средой» в подготовке спортсменов?
11. Направления реализации концепции «искусственной управляющей среды»

**Критерии оценки:**

* оценка «**отлично**» выставляется обучающемуся, если полностью раскрыто содержание вопроса; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;
* оценка «**хорошо**» выставляется обучающемуся, если ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.
* оценка «**удовлетворительно**» ставится, если неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов.
* оценка «**неудовлетворительно**» ставится, если не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей, или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.

**Тесты для опроса по дисциплине «Теория и методика спорта»**

**Раздел 2. Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 1 | | По решаемым задачам спортивные соревнования классифицируются как: |
| 1. | - детские, - юношеские, - юниорские, - молодежные, - ветеранов | |
| 2. | - открытые и закрытые; - традиционные и матчевые; - Чемпионаты и Первенства; - турниры; - кубковые соревнования | |
| 3. | *- контрольные, - отборочные, - квалификационные, - классификационные, - показательные* | |
| 4. | - основные; - подготовительные | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 2 | | Главные спортивные соревнования сезона это - |
| 1. | соревнования, проводимые с целью выявления сильнейших спортсменов для комплектования сборных команд | |
| 2. | *состязания, в которых спортсмену необходимо показать наивысший результат на данном этапе спортивного совершенствования, характеризуются полной мобилизацией технико-тактических и функциональных возможностей спортсмена, психологическую готовность и нацеленность на достижение данного результата* | |
| 3. | соревнования, главной задачей которых является совершенствование рациональной техники и тактики соревновательной деятельности, адаптация функциональных систем организма к соревновательным нагрузкам | |
| 4. | соревнования, проводимые с целью оценки уровня подготовленности к спортсмена на определенном этапе тренировок или по определенному виду подготовки | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 3 | | К документам, регламентирующим соревновательную деятельность относятся: |
| 1. | Календарный план соревнований, правила вида спорта, положение о соревнованиях, протоколы допинг - контроля спортсменов | |
| 2. | Календарный план соревнований, ЕВСК, правила вида спорта, положение о соревнованиях | |
| 3. | Календарный план соревнований, ЕВСК, правила вида спорта, положение о соревнованиях, заявка на участие в соревнованиях | |
| 4. | *Календарный план соревнований, ЕВСК, правила вида спорта, положение о соревнованиях, протоколы соревнований* | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 4 | | Основные системы проведения соревнований: |
| 1. | *Олимпийская, турнирная, круговая, Швейцарская, прямая система, прогрессивная система выбывания, смешанная* | |
| 2. | Плей-офф, турнирная, круговая, прямая система, прогрессивная система выбывания | |
| 3. | Олимпийская, круговая, смешанная | |
| 4. | Олимпийская, турнирная, круговая, Швейцарская, прямая система, прогрессивная система выбывания, смешанная, этапная, матчевая | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 5 | | По характеру зачета и определению результатов соревнования делятся на: |
| 1. | *Личные, командные, лично-командные* | |
| 2. | Олимпиады, Чемпионаты, Первенства, турниры, Кубковые соревнования | |
| 3. | Муниципальные, региональные, зональные, Всероссийские | |
| 4. | Четвертьфинальные, полуфинальные, финальные | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 6 | | Первичные функции спортивных соревнований: |
| 1. | определение иерархии мест участников соревнований, подготовительная, селекционная, зрелищная, моделирования | |
| 2. | *определение иерархии мест участников соревнований, ранговая оценка всех соперников, нахождение победителя и призеров состязаний, фиксация рекордов* | |
| 3. | нормативная, подготовительная, селекционная, зрелищная, моделирования, достиженческая, мотивационная | |
| 4. | нормативная, подготовительная, селекционная, зрелищная, моделирования, агитационная | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 7 | | Составными компонентами спортивных соревнований являются: |
| 1. | - предмет состязаний (совокупность действий спортсменов), - судейство соревнований, - средства и службы обеспечения соревнований, - зрители, – болельщики, - иерархия мест участников соревнований | |
| 2. | - спортсмены – соперники, - средства и службы обеспечения соревнований, - зрители, – болельщики, - протоколы соревнований, процедура награждения, - иерархия мест участников соревнований | |
| 3. | - спортсмены – соперники, - предмет состязаний (совокупность действий спортсменов), - судейство соревнований, - средства и службы обеспечения соревнований, - зрители, – болельщики, - протоколы соревнований, парад открытия и закрытия соревнований | |
| 4. | *- спортсмены – соперники, - предмет состязаний (совокупность действий спортсменов), - судейство соревнований, - средства и службы обеспечения соревнований, - зрители, – болельщики, - иерархия мест участников соревнований* | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 8 | | Признаками собственно спортивных соревнований являются: |
| 1. | - *включение в официальный календарный план соревнований, организация согласно официальному положению о соревнованиях, проводятся в соответствии с правилами вида спорта* | |
| 2. | - включение в официальный календарный план соревнований, организация согласно официальному положению о соревнованиях, проводятся при наличии специально обученных судей | |
| 3. | - организация согласно официальному положению о соревнованиях, проводятся в соответствии с правилами вида спорта в присутствии болельщиков | |
| 4. | - включение в официальный календарный план соревнований, проводятся в соответствии с правилами вида спорта, по определенной системе | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 9 | | Какие существуют типы критериев объективной оценки спортивных результатов? |
| 1. | - принятые критерии оценки спортивных результатов сопряжены с замером его физических параметров | |
| 2. | - оценка результатов соревнования делится на три типа критериев: оценка команды, индивидуальная оценка, смешанная оценка | |
| 3. | *- объективные критерии, субъективные критерии и смешанные критерии оценки результатов* | |
| 4. | - оценка результатов оценивается способом при помощи рейтинговой оценки и проводится судьями (арбитрами)е | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 10 | | Что является предметом собственно-соревновательной деятельности? |
| 1. | - . различные виды спортивных упражнений или их сочетаний, если их выполнение отвечает принципу гармонического развития личности | |
| 2. | - комплексы специальных спортивных действий или физических упражнений, которые по своему содержанию и форме отвечают требованиям воспитания личности | |
| 3. | *- самые различные виды двигательных действий или их комбинации, выполнение которых упорядочено в соответствии с нормами, правилами и условиями соревнования* | |
| 4. | - спортивный результат | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 11 | | Что является предметом основного спортивного состязания и какие признаки характерны для него? |
| 1. | - предметом спортивного состязания могут быть различные виды спорта, проведение которых упорядочено в соответствии с требованиями к уровню подготовленности спортсмена, к условиям проведения и материального поощрения участников состязания | |
| 2. | - предметом состязания могут быть любые тренировочные и соревновательные упражнения, которые положительно влияют на спортивный результат и психофизическое развитие человека | |
| 3. | - предметом спортивного состязания могут быть разнообразные виды физических упражнений или их комплексы, по структуре и содержанию соответствующие нормативно-одобренным спортивным действиям | |
| 4. | - *предметом спортивного состязания могут быть самые различные виды действий или их сочетания (комбинации), если их выполнение упорядочено в соответствии с нормами, правилами и условиями собственно соревновательной деятельности* | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 12 | | Что подразумевается под соревновательной деятельностью спортсмена? |
| 1. | - результативная сторона спортивной тренировки в усложнённых условиях сопряжения основных сторон подготовленности спортсмена | |
| 2. | - соревновательная деятельность как средство реализации физических способностей в условиях соперничества, для выявления победителя | |
| 3. | - целесообразная двигательная активность, направленная на воспитание физических качеств и формирование спортивной техники в условиях спортивной деятельности | |
| 4. | - *собственно соревновательная деятельность как совокупность действий спортсмена в процессе состязания, объединённых целью и последовательностью её реализации* | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 13 | | На какие уровни подразделяются соревнования? |
| 1. | - *основные, подготовительные, комплексные и модельные соревнования* | |
| 2. | - кульминационные, подводящие, контрольно-подготовительные, проверочные, контрольно-подводящие, классификационные соревнования | |
| 3. | - главные, основные, отборочные, подготовительные, контрольные и классификационные соревнования | |
| 4. | - календарные, тренировочные, контрольные | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 14 | | Укажите ответ, в котором дано правильное определение понятия «спортивный результат» |
| 1. | - спортивный результат характеризует способы реализации физических, технико-тактических возможностей спортсмена в условиях напряжённой мышечной деятельности | |
| 2. | - спортивный результат - это показатель психофизического состояния спортсмена, которого он достиг в результате многолетней подготовки | |
| 3. | *- спортивный результат представляет собой показатель реализации оцениваемых спортивно-двигательных возможностей, определяющих успешность соревновательной деятельности* | |
| 4. | - субъективны, объективный или смешанный показатель готовности спортсмена | |

**Раздел 3. Система спортивной подготовки.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 1 | | Срочная адаптация к физическим нагрузкам это: |
| 1. | Комплекс приспособительных изменений в различных системах организма по окончании тренировочного занятия | |
| 2. | Комплекс приспособительных изменений сердечно-сосудистой и дыхательной системы | |
| 3. | *Комплекс приспособительных изменений в различных системах организма, формирующихся после начала действия раздражителя (повышение обмена веществ и энергии, учащение ЧСС, повышение легочной вентиляции…)* | |
| 4. | Комплекс приспособительных изменений, характеризующихся повышением физической подготовленности | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 2 | | Долговременная адаптация к физическим нагрузкам |
| 1. | *Постепенное количественное накопление специфических изменений в следствии длительного и многократного возникновения срочной адаптации, в результате которого организм приобретает новое качество, позволяющее выдерживать ранее невозможные нагрузки или находиться в условиях ранее не совместимых с жизнью* | |
| 2. | Количественное накопление специфических изменений в следствии тренировочных занятий микроцикла | |
| 3. | Постепенное количественное накопление специфических изменений в организме в ходе тренировочных занятий этапа подготовки | |
| 4. | Постепенное количественное накопление специфических изменений в сердечно-сосудистой и дыхательной системах организма в следствии длительного и многократного возникновения срочной адаптации | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 3 | | При адаптации к физической нагрузке выраженная активация нуклеиновых кислот и белков происходит: |
| 1. | *В нейронах двигательных центров, надпочечниках, клетках скелетных мышц и сердца* | |
| 2. | В коре больших полушарий | |
| 3. | В клетках мышц опорно-двигательного аппарата | |
| 4. | В надпочечниках, печени, селезенке | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 4 | | Стадии адаптации к физическим нагрузкам: |
| 1. | Начальная стадия, устойчивая стадия, завершающая стадия | |
| 2. | *Острая стадия, переходная стадия, устойчивая стадия, стадия дезадаптации* | |
| 3. | Начальная стадия, острая стадия, стадия стабилизации | |
| 4. | Стадия тревоги, стадия привыкания, стадия стабилизации | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 5 | | Метод тренировки, при котором упражнение выполняется непрерывно с относительно постоянной интенсивностью называется: |
| 1. | Переменный | |
| 2. | Повторный | |
| 3. | Интервальный | |
| 4. | *Равномерный* | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 6 | | Метод тренировки, который характеризуется последовательным варьированием нагрузки в ходе непрерывного выполнения упражнения, путем направленного изменения скорости передвижения, темпа, ритма, амплитуды, величины усилий, смены вида техники движений |
| 1. | *Переменный* | |
| 2. | Повторный | |
| 3. | Интервальный | |
| 4. | Равномерный | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 7 | | Метод тренировки, который характеризуется многократным выполнение упражнения через интервалы отдыха, в течение которых происходит достаточно полное восстановление работоспособности |
| 1. | Переменный | |
| 2. | *Повторный* | |
| 3. | Интервальный | |
| 4. | Равномерный | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 8 | | Метод тренировки, который характеризуется многократным повторением упражнений через четко определенные интервалы отдыха |
| 1. | Переменный | |
| 2. | Повторный | |
| 3. | *Интервальный* | |
| 4. | Равномерный | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 9 | | Организационно-методическая форма работы, предусматривающая поточное, последовательное выполнение специально подобранного комплекса физических упражнений для развития силы, быстроты, выносливости и их комплексных форм - это |
| 1. | Поточная тренировка | |
| 2. | Игровой метод тренировки | |
| 3. | Соревновательный метод тренировки | |
| 4. | *Круговая тренировка* | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 10 | | Процесс разностороннего развития физических качеств и функциональных возможностей спортсмена в соответствии с этапами развития организма человека называется |
| 1. | *Общая физическая подготовка* | |
| 2. | Специальная физическая подготовка | |
| 3. | Тренировка | |
| 4. | Физическое воспитание | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 11 | | Процесс, направленный на выбор и отработку и совершенствование тактики действий в конкретных соревновательных условиях или совершенствование спортивной тактики в ИВС называется: |
| 1. | Общая тактическая подготовка | |
| 2. | *Специальная физическая подготовка* | |
| 3. | Модельный микроцикл | |
| 4. | Контрольно-моделирующий мезоцикл | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 12 | | Процесс разностороннего развития физических качеств и функциональных возможностей спортсмена в соответствии с этапами развития организма человека называется |
| 1. | *Общая физическая подготовка* | |
| 2. | Специальная физическая подготовка | |
| 3. | Тренировка | |
| 4. | Физическое воспитание | |

**Раздел 4. Структура тренировочного процесса.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 1 | | Л.П. Матвеев выделил следующие этапы многолетней подготовки спортсменов: |
| 1. | Спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, тренировочный , совершенствования спортивного мастерства, высшее спортивное мастерство | |
| 2. | Начальной подготовки, тренировочный , совершенствования спортивного мастерства, высшее спортивное мастерство | |
| 3. | *Начальной спортивной подготовки, начальной специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования, сохранения достижений, переходно-кондиционный* | |
| 4. | Начальной подготовки, специальный базовый, подготовки к высшим достижениям, максимальной реализации индивидуальных возможностей, сохранения достижений, ухода из спорта высших достижений | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 2 | | Этапы многолетней подготовки спортсменов по В.Н. Платонову |
| 1. | Спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, тренировочный , совершенствования спортивного мастерства, высшее спортивное мастерство | |
| 2. | Начальной подготовки, тренировочный , совершенствования спортивного мастерства, высшее спортивное мастерство | |
| 3. | Начальной спортивной подготовки, начальной специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования, сохранения достижений, переходно-кондиционный | |
| 4. | *Начальной подготовки, специальный базовый, подготовки к высшим достижениям, максимальной реализации индивидуальных возможностей, сохранения достижений, ухода из спорта высших достижений* | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 3 | | Этапы многолетней подготовки спортсменов, определенные Федеральными стандартами спортивной подготовки |
| 1. | Спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, тренировочный, совершенствования спортивного мастерства, высшее спортивное мастерство | |
| 2. | *Начальной подготовки, тренировочный, совершенствования спортивного мастерства, высшее спортивное мастерство* | |
| 3. | Начальной спортивной подготовки, начальной специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования, сохранения достижений, переходно-кондиционный | |
| 4. | Начальной подготовки, специальный базовый, подготовки к высшим достижениям, максимальной реализации индивидуальных возможностей, сохранения достижений, ухода из спорта высших достижений | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 4 | | Тренировочный цикл, связанный с развитием, удержанием и временной утратой спортивной формы называется |
| 1. | *Макроциклом спортивной подготовки* | |
| 2. | Мезоциклом спортивной подготовки | |
| 3. | Этапом спортивной подготовки | |
| 4. | Периодом спортивной подготовки | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 5 | | Структура макроцикла спортивной подготовки зависит от: |
| 1. | Календаря спортивных соревнований, возраста учеников, опыта тренера | |
| 2. | *Порядка взаимосвязи и соотношения различных сторон спортивной подготовки, соотношением тренировочных и соревновательных нагрузок, последовательностью и взаимосвязью различных звеньев подготовки* | |
| 3. | Возраста и уровня подготовленности учеников, длительности соревновательного этапа, условий организации тренировочного процесса | |
| 4. | Этапа многолетней тренировки, уровня физической подготовленности учеников, соревновательного опыта спортсменов | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 6 | | Основная задача специально-подготовительного периода годичного цикла подготовки |
| 1. | Создание и развитие предпосылок для становления спортивной формы | |
| 2. | Повышение общего уровня функциональных возможностей организма | |
| 3. | *Становление спортивной формы* | |
| 4. | Отработка технико-тактических навыков | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 7 | | Основная задача соревновательного периода годичного цикла подготовки |
| 1. | Сохранение спортивной формы, реализация ее в максимальных результатах | |
| 2. | Выполнение спортивного норматива | |
| 3. | Достижение рекордных результатов | |
| 4. | Приобретение соревновательного опыта | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 8 | | Основные задачи переходного периода годичного цикла подготовки |
| 1. | *Сохранение уровня работоспособности при снижении монотонных и однотипных нагрузок* | |
| 2. | Организация отдыха спортсменов | |
| 3. | Активный отдых перед началом объемных и интенсивных нагрузок | |
| 4. | Сохранение уровня работоспособности, включая в тренировочный процесс монотонные и однотипные нагрузки | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 9 | | Тип мезоцикла, используемый в любом периоде годичного цикла подготовки, в котором выполняется основная тренировочная работа большая по объему и интенсивности называется: |
| 1. | Контрольно-подготовительным | |
| 2. | *Базовым* | |
| 3. | Модельно-конструктивным | |
| 4. | Ударным | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 10 | | Тип мезоцикла, в котором предусматривается постепенное повышение объема и интенсивности нагрузки, применяется в начале сезона, после болезни или вынужденного перерыва, называется: |
| 1. | Базовым | |
| 2. | Подготовительным | |
| 3. | *Втягивающим* | |
| 4. | Предсоревновательным | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тест 11 | | Микроцикл, применяемый при необходимости быстро добиться адаптационных перестроек, называется: |
| 1. | *Ударным* | |
| 2. | Предсоревновательным | |
| 3. | Восстановительным | |
| 4. | Подводящим | |

**Критерии оценки:**

«Зачтено» ставится студенту, если он выбрал не менее 10 верных ответов в каждом разделе. «Не зачтено» ставится студенту, если он выбрал менее 10 верных ответов в каждом разделе

**Практические задания по дисциплине «Теория и методика спорта».** На выполнение задания выделяется 20 мин. времени урока

**Раздел 3. Система спортивной подготовки.**

1. Опишите, каким способом осуществляется оценка технической подготовленности спортсменов в ИВС
2. Опишите, каким способом осуществляется оценка тактической подготовленности спортсменов в ИВС
3. Опишите, каким способом осуществляется оценка специальной физической подготовленности спортсменов в ИВС
4. Опишите, каким способом осуществляется оценка психической подготовленности спортсменов в ИВС
5. Опишите технику двигательного действия ИВС. Определите типичные ошибки и пути их исправления
6. Составьте тренировочное задание для развития скоростно-силовых способностей.
7. Составьте тренировочное задание для развития силовой выносливости
8. Составьте тренировочное задание для развития скоростной выносливости
9. Составьте тренировочное задание для развития взрывной силы
10. У Вашего ученика возникают трудности при выполнении упражнений соревновательной направленности в присутствии его родителей или старших товарищей. Предложите средства психологической подготовки при такой ситуации
11. Предложите средства формирования навыка анализа соревновательных ситуаций

**Раздел 4. Структура тренировочного процесса.**

1. Составьте специально-подготовительный мезоцикл соревновательного периода подготовки спортсменов 3 года тренировочного этапа. Укажите задачи микроциклов данного мезоцикла.
2. Составьте общеподготовительный мезоцикл подготовительного периода подготовки спортсменов ГНП-2. Укажите задачи микроциклов данного мезоцикла.
3. Составьте недельный цикл тренировок специальной направленности для подготовительного периода ТГ-2
4. Составьте недельный цикл тренировок специальной направленности для соревновательного периода ТГ-3
5. Распределите календарные соревнования ИВС в годичном цикле подготовки. Определите среди них основные для спортсменов ТГ-3 и длительность соревновательного периода
6. Распределите календарные соревнования ИВС в годичном цикле подготовки. Определите среди них основные для спортсменов ТГ-2 и длительность подготовительного периода

**Критерии оценки:** «Зачтено» ставится студенту если он выполнил задание точно, конкретно, обосновал свою работу в письменном виде за отведенные 20 минут урока. «Не зачтено» ставится студенту если задание не выполнено или выполнено точно, но обучающийся не смог обосновать правоту выполнения работы

**Темы докладов к презентациям по разделу «Развитие спорта в современных условиях»**

Презентация должна соответствовать докладу и отражать проблему, пути решения со стороны руководящих органов, мнение самого студента и перспективы развития темы. На раскрытие темы выделяется до 3 мин.

1. Проблемы детско-юношеского спорта
2. Проблемы подготовки спортивного резерва в ИВС
3. Материально-техническое обеспечение спортивной и соревновательной деятельности
4. Отбор и набор в спорте
5. Руководство спортивной деятельностью

**Критерии оценки:** «Зачтено» ставится обучающемуся если в презентации раскрыта выбранная студентом проблема, обосновано отношение к теме самого студента и его видение перспектив развития. «Не зачтено» ставиться, если в презентации тема только обозначена, личного мнения к проблеме выяснить не удалось.

**Объемные требования к экзамену по дисциплине «Теория и методика спорта»**

1. Сущность спорта: дайте определение понятию «спортивная деятельность», охарактеризуйте «спорт» в узком и широком смысле, раскройте определяющие черты и суть специфических функций спортивной деятельности.
2. Какие средства применяются в системе подготовки спортсменов? На какие группы делятся основные средства спортивной тренировки? Кратко раскройте их содержание.
3. Дайте характеристику этапа начального разучивания спортивного действия: целевая направленность обучения, основные средства и методы, обеспечивающие качественное решение поставленных задач.
4. Классификация видов и разновидностей спортивной деятельности, назовите основные направления развития спортивных достижений.
5. Современные представления о методах стандартного упражнения, направленных преимущественно на совершенствование спортивной техники и развитие физических способностей.
6. Раскройте основные принципиальные положения «классической» модели построения программ тренировочных макроциклов.
7. Дайте общую характеристику системы подготовки спортсменов: охарактеризуйте основные компоненты системы, раскройте суть стадий и этапов многолетней спортивной подготовки.
8. Соревновательная деятельность: определение понятия, её структура, особенности и факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности.
9. Раскройте сущность принципа индивидуализации и углублённой специализации: смысловое значение понятия «принцип», основные требования к реализации указанного принципа в реальных условиях учебно-тренировочного процесса.
10. Система спортивных соревнований: функции, иерархические уровни, виды соревнований, регламентация и способы проведения спортивных соревнований.
11. Современные представления об адаптации к психофизическим нагрузкам: исходное представление об адаптации, основные принципы и алгоритм формирования срочного тренировочного эффекта в зависимости от величины и направленности педагогических воздействий.
12. Занятие как основная структурная единица построения учебно-тренировочного процесса: структура и типы занятий, педагогическая направленность, виды контроля динамики состояния спортсмена в процессе занятия.
13. Структура и особенности соревновательной деятельности: определение понятия, факторы и условия, определяющие её результативность (раскрыть на примере избранного вида спорта).
14. Характеристика нагрузок, используемых в системе подготовки спортсменов: понятие «нагрузка», признаки классификации и компоненты нагрузки, специфичность адаптации организма на различные по величине и направленности воздействия.
15. Принцип сочетания постепенности увеличения и тенденции к максимальным нагрузкам: раскройте сущность этого принципа, целевую направленность и особенности реализации в реальных условиях построения учебно-тренировочного процесса.
16. Общие черты и структура соревновательной деятельности: стратегия, тактика и требования соревновательной деятельности к уровню развития основных сторон интегральной подготовленности спортсмена (раскрыть на примере ИВС).
17. Раскройте особенности динамики взаимосвязи между параметрами нагрузки, интервалами отдыха и реакцией организма спортсмена в зависимости величины и направленности тренировочных воздействий.
18. Дайте характеристику групп упражнений по критерию сходства или различия их со структурой избранного вида соревновательного упражнения
19. Современные представления о периодизации многолетней подготовки спортсменов: общая структура, факторы и специальные принципы, определяющие построение многолетней подготовки спортсменов.
20. Раскройте принципиальные положения «классической» (по Матвееву Л.П.) и альтернативной (по Ю.В. Верхошанскому) модели построения тренировочного макроцикла. В чем принципиальные отличия построения спортивной тренировки в предложенных авторами моделей?
21. Раскрыть сущность методов вариативного упражнения, направленных на развитие двигательных способностей и совершенствование спортивной техники.
22. Современные представления о структуре спортивной (интегральной) подготовленности: определение понятия, представление о структуре, содержании и функциях основных компонентов спортивной подготовленности в условиях сопряженного их взаимодействия
23. Дайте определение понятию «физические способности» и назовите основные факторы, определяющие формирование структуры специальной физической подготовленности и объясните меру влияния её на успешность соревновательной деятельности (на примере ИВС).
24. Раскройте сущность принципа цикличности и объясните особенности его реализации на этапах годичной подготовки спортсменов.
25. Основные методические положения, обусловливающие построение учебно-тренировочного процесса на стадии базовой подготовки спортсменов: цель, основные задачи, примерное соотношение основных средств подготовки, динамика величины и направленности нагрузки на этапе начальной специализированной подготовки (ситуационная задача определяется преподавателем).
26. Охарактеризуйте признаки классификации средств, методов направленных на развитие скоростно-силовых способностей спортсменов, конкретизируйте на примере избранного вида спорта.
27. Раскройте структурно-логический смысл схемы (модели) управления учебно-тренировочным процессом: источники и алгоритм движения информации по каналам прямой и обратной связи.
28. Учебно-тренировочный процесс (УТП) как динамическая управляемая система: дайте определение понятию «управление», раскройте смысл содержания «управляющая» и «управляемая» подсистемы, охарактеризуйте основные объекты управления в системе подготовки спортсменов.
29. Раскройте цель, задачи спортивной тренировки на этапе начальной подготовки юных спортсменов, признаки классификации и соотношение количественных параметров нагрузки, направленной на решение задач.
30. Комплексный контроль: дайте определение понятию «комплексный контроль», раскройте смысл требований к тестам, используемым в качестве средств контроля и оценки качества, реализованных программ спортивной подготовки.
31. Специфические черты базовых закономерностей и производных от них принципов, обусловливающих построение многолетнего учебно-тренировочного процесса.
32. Характеристика специальных принципов непрерывности и цикличности построения учебно-тренировочного процесса: раскрыть сущность принципов, основные положения и формы их реализации.
33. Основы современной теории адаптации к физическим нагрузкам и алгоритм формирования срочного эффекта во временном интервале тренировочного занятия.
34. Силовые способности: определение понятия «силовые способности», их виды, факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей в спортивных действиях.
35. Режимы работы мышц, целевая направленность, признаки классификации средств и методов силовой подготовки спортсменов в зависимости от вида спорта.
36. Основы текущего управления процессом развития силовых способностей.
37. Скоростные способности: определение понятия, формы проявления и факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей в спортивных действиях.
38. Признаки классификация основных средств, методов и компонентов нагрузки, направленных на развитие скоростных способностей.
39. Технология управления процессом развития скоростных способностей: Основы дифференцированной методики развития простой и сложной двигательной реакции.
40. Методика развития комплексных форм проявления скоростных способностей: раскройте сущность метода стандартно-повторного упражнения и особенности его реализации на примере ИВС.
41. Выносливость как двигательная способность спортсмена: определение понятий «общая» и «специальная выносливость», разновидности и факторы, влияющие на уровень развития и формы её проявления в деятельности.
42. Общая характеристика средств и методов, используемых для развития выносливости.
43. В каких формах проявляется выносливость в циклических видах и в чём заключаются методы развития специальной выносливости: охарактеризуйте основы методики интервального упражнения, направленного на развитие специальной выносливости в ИВС
44. ИВС1. Координационные способности: определение понятия, виды координационных способностей и формы их проявления в спортивных действиях.
45. Роль координационных способностей в спортивных действиях, факторы, определяющие эффективность и надёжность их проявления.
46. Целевая направленность совершенствования координационных способностей: характерные признаки классификации средств, методов и компонентов нагрузки: раскройте основные положения методики их развития в ИВС.
47. Современные представления о периодизации многолетней подготовки спортсменов и факторы, определяющие построение и продолжительность этапов многолетней подготовки спортсменов.
48. Дайте характеристику первого этапа многолетнего процесса стадии базовой подготовки юных спортсменов: основные направления, динамика и соотношение нагрузок в зависимости от цели и задач этапа.
49. Педагогическая направленность, признаки классификации средств и методов подготовки, основы управления учебно-тренировочным процессом на первом этапе базовой подготовки.
50. Дайте характеристику организационных принципов и методических положений, обусловливающих проектирование и реализацию целевых программ на этапах базовой подготовки спортсменов.
51. Дайте характеристику этапа начальной специализированной подготовки юных спортсменов: раскройте цель, задачи и основные направления подготовки, динамику и соотношение нагрузки по характеру, специализированности, величине и направленности воздействия. Раскройте суть принципа избирательной направленности и единства различных сторон подготовки спортсменов: основные практические положения этого принципа и особенности их реализации на этапе спортивной специализации юных спортсменов.
52. Базовые закономерности построения учебно-тренировочного процесса на этапе углублённой специализированной подготовки спортсменов.
53. Характеристика этапа углублённой специализированной подготовки спортсменов: целевая направленность и задачи УТП, классификация средств и требования к выбору методов, используемых для формирования структуры спортивной подготовленности.
54. Основы построения УТП в различных структурных образованиях годичного цикла: назовите базовые принципы, обусловливающие динамику и соотношение нагрузки на данном этапе подготовки.
55. Основные методические положения, обусловливающие построение УТП на стадии максимальной реализации индивидуальных возможностей спортсменов.
56. Характеристика этапа максимальной реализации индивидуальных возможностей спортсменов: целевая направленность УТП, основные задачи, признаки классификации средств, основных методов и соотношение параметров нагрузки во временном интервале годичного цикла подготовки.
57. Основы технологии проектирования и управления процессом подготовки на этапах подготовительного периода.
58. Раскройте особенности концепции этапного обучения двигательным (спортивным) действиям как основы формирования структуры базовой технико-тактической подготовленности спортсменов.
59. Дидактические принципы и особенности их использования при освоении двигательных навыков и формировании структуры базовой спортивной техники.
60. Дайте определение понятию «нагрузка». По каким признакам и как классифицируется нагрузка? Какие интервалы отдыха в рамках между отдельными занятиями могут определять направленность нагрузки?
61. Значение и место технико-тактической подготовленности как основных компонентов интегральной подготовленности спортсмена: определение понятий «техническая» и «тактическая» подготовленность, факторы, обусловливающие структуру технико-тактической подготовленности и критерии её оценки.
62. Объясните причинно-следственную связь проявления технических и тактических навыков и умений, определяющих эффективность и надёжность соревновательных действий.
63. Первичный отбор на первом этапе многолетней подготовки: раскройте смысловое понятие «спортивный отбор», характер задач, укажите направления и методы первичного и предварительного отбора.

Интегративная характеристика содержания, средств и классификация методов технико-тактической подготовки спортсменов.

64. Задачи и методика обучения спортивным действиям на первой и второй стадии формирования базовой спортивной техники и тактики.

65. Роль и место информации («прямой» и «обратной» связи) в формировании установки при начальном и углубленном разучивании спортивного действия.

66. Интегративная характеристика содержания, средств и классификация методов технико-тактической подготовки спортсменов.

67. Задачи и методика обучения спортивным действиям на первой и второй стадии формирования базовой спортивной техники и тактики.

68. Роль и место информации («прямой» и «обратной» связи) в формировании установки при начальном и углубленном разучивании спортивного действия.

69. Технология построения УТП в периодах больших циклов подготовки: общая структура макроцикла, факторы, обусловливающие его периодизацию и принципиальные положения построения «классической» модели макроцикла.

70. Основания для разработки целевой программы подготовки спортсменов во временном интервале отдельного макроцикла, раскройте на примере конкретного вида спорта.

71. Закономерности и алгоритм формирования кумулятивного и отставленного адаптационного эффектов, характеризующих состояние «спортивной формы» по биологическим и эргометрическим признакам.

72. Связь отбора и спортивной ориентации с этапами многолетней подготовки.

73. Цель, задачи и методы выявления предрасположенности детей и подростков к занятиям спортом на этапах предварительного и промежуточного спортивного отбора.

74. Основы построения занятия: структура, виды и педагогическая направленность занятий, планирование и контроль динамики нагрузки в занятии.

75. Алгоритм построения программ средних циклов (мезоциклов) в периодах годичной подготовки спортсменов: типы, структура и педагогическая направленность мезоциклов, последовательность их построения.

76. Особенности построения мезоциклов на этапах подготовительного периода на примере ИВС (по заданию преподавателя).

77. Основы этапного управления УТП: осуществление контроля динамики нагрузки и оценка этапного состояния спортсмена.

78. Структура и основы построения программ малых циклов (микроциклов): общая структура, типы, педагогическая направленность, закономерности и алгоритм формирования эффекта срочной и отставленной адаптации.

79. Методика построения и закономерности сочетания в микроциклах занятий с различными по величине и направленности нагрузками, на примере ИВС (по заданию преподавателя).

80. Цель, задачи и методика определения перспективных спортсменов на четвёртом и пятом этапах спортивной ориентации.

81. Методика построения программ микроциклов различного типа в зависимости от вида спорта, величины и направленности нагрузки, на примере ИВС (избранного вида спорта).

82. Реакция ведущих ФС организма спортсмена на воздействия различных по величине и направленности нагрузок.

83. Сущность управления и особенности применения контроля как средства получения объективной информации о последействия нагрузки в течение решения текущих задач подготовки спортсменов.

84. Понятие о технологии управления учебно-тренировочным процессом (УТП), объясните простую схему и значение основных компонентов управления в системе подготовки спортсменов.

85. Какую роль и какое место занимают метод комплексного контроля и метод моделирования в системе управления тренировочным процессом?

86. Дайте общую характеристику основных средств восстановления, стимулирующих физическую работоспособность спортсмена.

87. Особенности построения процесса подготовки спортсменов в соревновательном периоде.

88. Основания для формулирования цели и постановки задач, которые предстоит решать в соревновательном периоде: какую роль играет «обратная связь» при проектировании и реализации целевой программы подготовки. Что необходимо учитывать и какие операции производить при принятии решений по корректировке программы и технологии управления процессом?

89. Воспроизведите на бумаге простейшую универсальную схему управления процессом спортивной подготовки и объясните значение «прямой» и «обратной» связи.

90. Особенности построения микроциклов при двух занятиях в течение дня: воспроизведите примерную модель развивающего (ударного) микроцикла на специально-подготовительном этапе подготовительного периода тренировки (на примере ИВС по заданию преподавателя).

91. Раскройте педагогическую направленность развивающего (ударного) микроцикла, основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

92. Раскройте смысловое содержание «моделирование соревновательной деятельности»: дайте определение понятию «моделирование», какую роль оно играет в принятии решений по коррекции программ и их реализации в тренировочном процессе.

93. Закономерности адаптации к постоянно повышающимся нагрузками производные от них принципы, обусловливающие эффективность построения тренировочного процесса.

94. Раскройте суть понятий «физическая нагрузка» и «адаптация», по каким признакам производится классификация нагрузки, алгоритм формирования кумулятивного тренировочного эффекта.

95. Динамика функциональной активности ведущих систем организма: основные признаки, определяющие уровень функционального состояния спортсмена, причины «утомления» и сущность «сверх восстановления» после действия нагрузок значительных и больших по величине.

96. Основы психологического обеспечения спортивной деятельности: функции психической подготовленности, признаки, характеризующие уровень развития важных психических способностей, место психической подготовленности в структуре интегральной подготовленности спортсмена.

97. Раскройте психические функции и процессы в наибольшей мере влияющие на результативность соревновательной деятельности в определённом виде спорта и укажите основные направления их развития.

98. Какую роль играют и какое влияние оказывают волевые способности на успешность соревновательной деятельности спортсмена: функции волевых качеств, основные положения методики и критерии оценки уровня их развития (на примере ИВС).

99. Основные факторы, регламентирующие спортивную деятельность.

**Критерии оценки:**

* оценка «**отлично**» выставляется обучающемуся, если полностью раскрыто содержание вопроса; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;
* оценка «**хорошо**» выставляется обучающемуся, если ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.
* оценка «**удовлетворительно**» ставится, если неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов.
* оценка «**неудовлетворительно**» ставится, если не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей, или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.