

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Алексеева Инна Сергеевна

Должность: И.о. ректора, и.о. проректора по стратегическому развитию и цифровизации образовательного процесса

Дата подписания: 12.07.2024 16:51:10

Уникальный программный ключ:

623a014e46114d90ca02a8a3a09eaf63845228af

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ»**

Утверждено  
Заведующий кафедрой  
проф. Магомедов Р.Р.



Протокол №9  
от 20 апреля 2024 г.

## **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

### **Общая теория спортивной подготовки**

**ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ НАУЧНЫХ И НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ  
В АСПИРАНТУРЕ**

**Научная специальность**  
**5.8.5 Теория и методика спорта**

**Форма обучения**  
**очная**

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

Год начала подготовки: 2023

Ставрополь  
2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт фонда оценочных материалов
  - 1.1. Планируемые результаты обучения и критерии их оценивания
  - 1.2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке.
  - 1.3. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины
    - 1.3.1 Фонд оценочных средств для текущего контроля по учебной дисциплине
    - 1.3.2. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

# 1. Паспорт оценочных материалов программы учебной дисциплины «Общая теория спортивной подготовки»

В результате освоения учебной дисциплины «Теория и методика спорта» аспирант должен обладать предусмотренные Федеральными государственными требованиями знаниями, навыками и умениями.

Формами текущего контроля являются аннотирование, реферирование, аналитический отчет, презентации, собеседование.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является экзамен.

## 1.1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ И КРИТЕРИИ ИХ ОЦЕНИВАНИЯ

Таблица 1.1.

Способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях

Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения			
	Уровни освоения компетенции			
	<i>Не зачтено</i>	<i>Базовый уровень (зачтено)</i>		<i>Повышенный уровень (зачтено)</i>
	2	3	4	5
<b>Знает:</b> 3-1 методы анализа и оценки результатов научной деятельности; 3-2 признаки научного знания и главные характеристики структурных элементов научного творчества; 3-3 характеристики эмпирического и теоретического уровней научного познания	Фрагментарные знания: – методов анализа и оценки результатов научной деятельности; – признаков научного знания и главным характеристикам структурных элементов научного творчества; – характеристик эмпирического и теоретического уровней научного познания	Неполное знание: – методов анализа и оценки результатов научной деятельности; – признаков научного знания и главным характеристикам структурных элементов научного творчества; – характеристик эмпирического и теоретического уровней научного познания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания: – методов анализа и оценки результатов научной деятельности; – признаков научного знания и главным характеристикам структурных элементов научного творчества; – характеристик эмпирического и теоретического уровней	Сформированные и систематические знания: – методов анализа и оценки результатов научной деятельности; – признаков научного знания и главным характеристикам структурных элементов научного творчества; – характеристик эмпирического и теоретического уровней научного познания

<p><b>Умеет:</b>  У-1 анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  У-2 выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  У-3 критически оценивать систематизированную информацию;  У-4 избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач;</p>	<p>Частично освоенные умения:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое освоение умений:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач</p>	<p>научного познания</p> <p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы в умении:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач</p>	<p>Успешное и систематическое применение умений:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач</p>
<p><b>Владеет:</b>  В-1 навыками выбора методов и средств решения задач исследования;  В-2 навыками сбора, обработки, анализа, систематизации и оценки научных достижений;  В-3 прогнозирования результатов исследования.</p>	<p>Фрагментарное владение:  – навыками выбора методов и средств решения задач исследования;  – навыками сбора, обработки, анализа, систематизации и оценки научных достижений;  – прогнозирования</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение:  – навыков выбора методов и средств решения задач исследования;  – навыков сбора, обработки, анализа,</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками в применении:  – навыков выбора методов и средств решения задач исследования;  – навыков сбора,</p>	<p>Успешное и систематическое применение:  – навыками выбора методов и средств решения задач исследования;  – навыками сбора, обработки, анализа, систематизации и оценки</p>

	результатов исследования	систематизации и оценки научных достижений; – прогнозирования результатов исследования	обработки, анализа, систематизации и оценки научных достижений; – прогнозирования результатов исследования	научных достижений; – прогнозирования результатов исследования
--	--------------------------	---	---	---

Готовность к применению на практике новейших достижений в области педагогической деятельности

Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения			
	Уровни освоения компетенции			
	<i>Не зачтено</i>	<i>Базовый уровень (зачтено)</i>		<i>Повышенный уровень (зачтено)</i>
	2	3	4	5
<b>Знает:</b> 3-1 основные понятия в области педагогической деятельности; 3-2 основы разработки новейших достижений в области педагогической деятельности; 3-3 основы целеполагания и определения в области педагогической деятельности; 3-4 основы оценки качества педагогической деятельности; 3-5 готов к применению на практике новейших достижений в области педагогической деятельности.	Фрагментарные знания: – основных понятий в области педагогической деятельности; – основ разработки достижений в области педагогической деятельности; – основ целеполагания и определения содержания и технологического обеспечения функционирования педагогической деятельности; – основ оценки качества педагогической деятельности;	Неполное знание: – основ разработки достижений в области педагогической деятельности; – основ целеполагания и определения содержания и технологического обеспечения функционирования педагогической деятельности; – основ оценки качества педагогической деятельности;	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания: – основ разработки достижений в области педагогической деятельности; – основ целеполагания и определения содержания и технологического обеспечения функционирования педагогической деятельности; – основ оценки качества педагогической деятельности;	Сформированные систематические знания: – основ разработки достижений в области педагогической деятельности; – основ целеполагания и определения содержания и технологического обеспечения функционирования педагогической деятельности; – основ оценки качества педагогической деятельности;

<p><b>Умеет:</b>  У-1 оценивать современные новейшие достижения в области педагогической деятельности;  У-2 ориентироваться в многообразии методологических подходов, применяемых в области педагогической деятельности ;  У-3 применять знания в области педагогической деятельности в практике своей работы;</p>	<p>Частично освоенные умения:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач;</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы освоение умений:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач</p>	<p>деятельности;  В целом успешное, но не систематическое применение умений:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач</p>	<p>Успешное и систематическое применение умений:  – анализировать и оценивать научные исследования и их результаты в конкретной области знания;  – выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах;  – критически оценивать систематизированную информацию;  – избегать автоматического применения стандартных способов и приемов при решении научных задач</p>
<p><b>Владеет:</b>  В-1 навыками анализа педагогической деятельности с научных позиций;  В-2 подходами к оценке продуктивности педагогической деятельности;  В-3 методологическими подходами, применяемыми в разработке в области педагогической деятельности;</p>	<p>Фрагментарное владение:  – навыков анализа педагогической деятельности с научных позиций;  – подходов к оценке продуктивности педагогической деятельности;  – методологических</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение:  – ; навыков анализа педагогической деятельности с научных позиций;  – подходов к оценке</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение:  – ; навыков анализа педагогической деятельности с научных позиций;  – подходов к оценке продуктивности</p>	<p>Успешное и систематическое применение:  – ; навыков анализа педагогической деятельности с научных позиций;  – подходов к оценке продуктивности педагогической</p>

	<p>подходов, применяемых в разработке в области педагогической деятельности;</p>	<p>продуктивности педагогической деятельности; – методологических подходов, применяемых в разработке в области педагогической деятельности;</p>	<p>педагогической деятельности; – методологических подходов, применяемых в разработке в области педагогической деятельности;</p>	<p>деятельности; – методологических подходов, применяемых в разработке в области педагогической деятельности;</p>
--	--	---	--	---

## 1.2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

Таблица 1.2.

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих знаний, умений и навыков, а также динамика формирования компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата	Форма контроля и оценивания	Текущий контроль	Промежуточная аттестация (экзамен)	Итоговая аттестация (если предусмотрено УП)
<b>Знать:</b>	Современные концепции педагогического сопровождения общей теории спортивной подготовки, педагогические основы деятельности в области общей теории спортивной подготовки	Устный опрос Реферат Доклад	1. Анализ и оценка устных ответов; 2. Реферирование научной литературы содержательно соответствующей направлению подготовки в объеме, предусмотренном программными требованиями. 3. Подготовка докладов, рефератов, выполнение тестов и творческих заданий.	Анализ и оценка (письменная и устная) результатов освоения дисциплины в объеме, предусмотренном программными требованиями.	Не предусмотрена
	Методологические основания и ориентиры развития в области общей теории спортивной подготовки	Устный опрос Контрольно-творческое задание Реферат Реферирование Доклад	1. Анализ и оценка устных ответов; 2. Реферирование научной литературы содержательно соответствующей направлению подготовки в объеме, предусмотренном программными требованиями. 3. Подготовка докладов, рефератов, выполнение тестов и творческих заданий	Анализ и оценка (письменная и устная) результатов освоения дисциплины и научной информацией в объеме, предусмотренном программными требованиями	Не предусмотрена

	Методы научно-исследовательской деятельности	Устный опрос Контрольно-творческое задание Реферат Доклад Реферирование	1. Анализ и оценка устных ответов; 2. Реферирование научной литературы содержательно соответствующей направлению подготовки в объеме, предусмотренном программными требованиями. 3. Подготовка докладов, рефератов, выполнение тестов и творческих заданий	Анализ и оценка (письменная и устная) результатов освоения дисциплины и научной информацией в объеме, предусмотренном программными требованиями	Не предусмотрена
	Методологические принципы, основы и теоретические положения, на основе которых строится педагогическое исследование	Реферат Доклад Реферирование	1. Реферирование научной литературы содержательно соответствующей направлению подготовки в объеме, предусмотренном программными требованиями. 2. Подготовка докладов, рефератов, выполнение тестов и творческих заданий.	Анализ и оценка (письменная и устная) результатов освоения дисциплины и научной информацией в объеме, предусмотренном программными требованиями	Не предусмотрена
<b>Уметь:</b>	Систематизировать современные представления о тенденциях и направлениях развития в общей теории спортивной подготовки	Устный опрос Контрольно-творческое задание Реферат Доклад Тесты	1. Анализ и оценка устных ответов; 2. Реферирование научной литературы содержательно соответствующей направлению подготовки в объеме, предусмотренном программными требованиями. 3. Подготовка докладов, рефератов, выполнение тестов и творческих заданий.	Анализ и оценка (письменная и устная) результатов освоения дисциплины в объеме, предусмотренном программными требованиями.	Не предусмотрена
<b>Владеть:</b>	Навыками анализа и оценки основных	Устный опрос Контрольно-	1. Анализ и оценка устных ответов;	Анализ и оценка (письменная и	Не предусмотрена

	<p>методологических проблем теории спортивной подготовки, в т.ч. междисциплинарного характера в соответствующей отрасли научного знания</p>	<p>творческое задание Реферат Реферирование Доклад</p>	<p>2. Реферирование научной литературы содержательно соответствующей направлению подготовки в объеме, предусмотренном программными требованиями. 3. Подготовка докладов, рефератов, выполнение тестов и творческих заданий</p>	<p>устная) результатов освоения дисциплины и научной информацией в объеме, предусмотренном программными требованиями</p>	
--	---	--	--	--	--

### 1.3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ

Таблица 1.3.

№ п/п	Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства
1.	Тема 1. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура	Устный опрос Доклад Сообщение Дискуссия
2.	Тема 2. Система спортивных соревнований в структуре подготовки спортсмена	Устный опрос Реферат Дискуссия
3.	Тема 3. Построение спортивной подготовки в малых (микро) и средних (мезо) циклах	Устный опрос Реферат Доклад Реферирование Круглый стол
4.	Тема 4. Построение спортивной подготовки в больших циклах (макроциклах)	Устный опрос Реферат Доклад
5.	Тема 5. Контроль в процессе подготовки спортсменов	Устный опрос Доклад Реферирование
6.	Тема 6. Управление подготовкой спортсменов	Устный опрос Реферат
7.	Тема 7. Система дополнительных факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной	Устный опрос Доклад Реферат
8.	Тема 8. Спортивная ориентация и отбор юных спортсменов	Устный опрос Реферат Доклад

### 1.3.1. Оценочные материалы для текущего контроля по учебной дисциплине «Общая теория спортивной подготовки»

#### Фонд тестовых заданий

##### Вариант 1

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

d) Расширения фонда двигательных умений и навыков, а также в воспитании двигательнo-координационных способностей, которые способствуют техническому совершенствованию в избранном виде спорта;

e) Выполнения эффективных приемов и действий в сложных условиях

7. Спортивная подготовка – это:

a) Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфическое отношение нормы и достижения в сфере этой деятельности;

b) Упорядочная, организация деятельности по обеспечению совершенствования спортсмена в сфере спорта;

c) Педагогический процесс, направленный на развитие физических способностей в избранном виде спорта.

d) Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;

e) Повторное выполнение спортивного упражнения

8. Специфическими средствами и методами тактической подготовки в избранном виде спорта являются:

a) Соревновательные и игровые упражнения;

b) Индивидуальные упражнения;

c) Групповые упражнения.

d) Тактические упражнения или специально подготовительные и соревновательные упражнения;

e) Избранные упражнения

9. Интервальные методы тренировки – это:

a) Повторные методы;

b) Комбинированные методы;

c) Игровые и соревновательные методы;

d) Равномерные и переменные методы;

e) Повторные и комбинированные методы

10. Тактическое мышление – это:

a) Способность спортсмена быстро воспринимать и перерабатывать информацию;

b) Оценка соревновательной ситуации;

c) Специальная тактическая подготовка;

d) Оценка развития ситуации на площадке в процессе соревновательной деятельности.

e) Формирование тактических знаний, умений и навыков

11. Физические упражнения – это:

a) Мобилизующие, корригирующие средства;

b) Упражнения повышенной интенсивности;

c) Специфические упражнения избранного вида спорта;

d) Специально подготовительные упражнения.

e) Упражнения, оказывающие воздействие на организм и личность человека

12. Совокупность способов применения технических приемов в соответствии с условиями соревнования – это:

a) Тактика;

b) Реакция;

c) Техника;

d) Стадия;

e) Интеракция

13. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют несколько зон. Укажите сколько этих зон?

- a) Десять зон.
- b) Пять зон;
- c) Шесть зон;
- d) Семь зон;
- e) Восемь зон

14. В зависимости от масштаба времени, в пределах которого протекает тренировочный процесс, различают:

- a) Структуру многолетних тренировочных циклов.
- b) Микроструктуру, мезоструктуру, макроструктуру;
- c) Структуру отдельного тренировочного занятия.
- d) Структуру этапов тренировки.
- e) Структуру больших тренировочных циклов

15. На сколько этапов делится процесс многолетней подготовки спортсменов:

- a) На 6 этапов;
- b) На 2 этапа.
- c) На 4 этапа;
- d) На 3 этапа;
- e) На 5 этапов

15. Система воздействий, применяемых для формирования и совершенствования необходимых для спортсмена таких качеств, как целеустремленность, решительность, смелость, настойчивость и т.д., такая подготовка называется:

- a) Специальная подготовка.
- b) Психическая подготовка.
- c) Интегральная подготовка.
- d) Специфическая подготовка.
- e) Волевая подготовка

16. На основе комплексного контроля можно правильно оценить эффективность:

- a) Результаты тренировки.
- b) Физической подготовки.
- c) Спортивных результатов.
- d) Техничко-тактической подготовки.
- e) Спортивной тренировки

17. Эффективность системой тренировки обеспечивается:

- a) Внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
- b) Путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки;
- c) Наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса.
- d) Способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
- e) Достижение запланированных спортивных результатов в определенных стартах

18. Уровень совершенствования двигательных навыков – это результат:

- a) Технической подготовки;
- b) Игровой подготовки;

- c) Соревновательной подготовки;
- d) Научно-методического обеспечения;
- e) Теоретической подготовки

19. Совокупность двигательных действий, которые являются средством ведения спортивной борьбы и выполняются по возможности в соответствии с правилами состязаний по избранному виду спорта - это:

- a) Избранные соревновательные упражнения;
- b) Соревновательные упражнения;
- c) Игровые упражнения;
- d) Специально подготовительные упражнения;
- e) Тактические упражнения

20. Обще подготовительные упражнения являются преимущественно средствами:

- a) Общей подготовки спортсмена;
- b) Специальной подготовки спортсмена;
- c) Интегральной подготовки спортсмена;
- d) Технической подготовки спортсмена;
- e) Тактической подготовки

21. К методам строго регламентированного упражнения в спортивной тренировке относятся:

- a) Методы общей и специальной физической подготовки.
- b) Методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники и методы, направленные преимущественно на воспитание физических качеств;
- c) Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
- d) Специфический и общепедагогические;
- e) Игровой и соревновательный

22. Метод, который характеризуется выполнением упражнения со сравнительно одинаковой интенсивностью в продолжение всего занятия, называется:

- a) Соревновательным методом.
- b) Равномерным методом;
- c) Попеременным методом;
- d) Интервальным методом;
- e) Игровым методом

23. Под технической подготовкой следует понимать:

- a) Способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера.
- b) Степень освоения спортсменом системы движений (техники вида спорта), соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижения высших спортивных результатов;
- c) Выполнения упражнения с целью достижения наиболее технического результата;
- d) Специфическая двигательная активность спортсмена, целью которой является установление определенных технических результатов;
- e) Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена техническими действиями

24. Основными показателями способности спортсмена к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях в избранном виде спорта является:

- a) Эффективность техники;
- b) Экономичность техники.

- c) Стабильность техники;
- d) Результативность техники;
- e) Вариативность техники

25. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям спортсмена, называется:

- a) Прикладной физической подготовкой;
- b) Специальной двигательной подготовкой.
- c) Специальной физической подготовкой;
- d) Спортивной подготовкой;
- e) Общей физической подготовкой

26. В режимах непрерывной и интервальной работы в процессе спортивной тренировки используется:

- a) Специфический метод;
- b) Комбинированный метод;
- c) Смешанный метод.
- d) Круговой метод;
- e) Повторный метод

27. Педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности называется:

- a) Тренировочной подготовкой;
- b) Соревновательной подготовкой;
- c) Технической подготовкой.
- d) Тактической подготовкой;
- e) Специальной подготовкой

28. При построении тренировки в малых циклах, втягивающие микроциклы направлены:

- a) На подведение спортсмена к эффективному выполнению специфической тренировочной работы.
- b) На окончательное становления спортивной формы.
- c) На выполнения высоких по объему тренировочных нагрузок.
- d) На стабилизацию спортивной формы.
- e) На подведение организма спортсмена к напряженной тренировочной работе

29. Учет, который позволяет определить исходный уровень подготовленности спортсмена или группу спортсменов, называется:

- a) Текущий учет.
- b) Рубежный учет.
- c) Оперативный учет.
- d) Итоговый учет.
- e) Предварительный учет.

30. Степень подготовленности спортсмена зависит от:

- a) Эффективных и соревновательных систем;
- b) Научно-методического обеспечения;
- c) Спортивной тренировки;
- d) Технической, тактической подготовки;
- e) Спортивной формы.

## Вариант 2

1. Период в котором осуществляется стабилизация спортивной формы, дальнейшее совершенствование различных сторон подготовленности, проводится подготовка к соревнованиям, этот период называется:

- a) Основной период.
- b) Базовый период.
- c) Соревновательный период
- d) Подготовительный период.
- e) Игровой период

2. Одним из главных документов учета является:

- a) Журнал спортивных результатов.
- b) Личная карточка спортсмена.
- c) Спортивная книжка спортсмена.
- d) Журнал учета занятий.
- e) Дневник спортсмена

3. Учет, который проводится непрерывно в процессе отдельных тренировочных занятий, в макро- и мезоциклах тренировки, называется:

- a) Контрольный учет.
- b) Педагогический учет.
- c) Оперативный учет.
- d) Текущий учет.
- e) Предварительный учет

4. Укажите, на какие этапы делится соревновательный период:

- a) На этап непосредственных соревнований.
- b) Этап ранних стартов или развитию собственно спортивной формы.
- c) Этап непосредственной подготовки к главному старту.
- d) Этап ранних стартов или развитию собственно спортивной формы, этап непосредственной подготовки к главному старту
- e) Этап подготовительных стартов и этап соревновательных стартов

5. В избранных видах спорта основным показателем экономичности техники является:

- a) Уровень технической готовности спортсмена в избранном виде спорта.
- b) Способность спортсмена к выполнению эффективных действий при их небольшой амплитуде и минимальном времени, необходимом для выполнения.
- c) Способность спортсмена к определенной коррекции двигательных действий в соревновательной борьбе.
- d) Уровень физической, технической подготовленности спортсмена.
- e) Способность спортсмена к выполнению движений, которые эффективны для достижения цели

6. Документ, в котором детально определяют задачи, содержание и средства, дозировку упражнений и организационно-методические указания, называется:

- a) Конспект спортсмена.
- b) Дневник спортсмена.
- c) План-конспект.
- d) Рабочий план.
- e) Индивидуальный план

7. Документ, в котором имеется конкретное содержание занятий на определенный учебно-тренировочный цикл или календарный срок, называется:

- a) План-конспект.
- b) План-график УТЗ.
- c) План подготовки.
- d) Рабочий план.
- e) Календарный план

8. На основе какого документа составляется учебная программа:

- a) На основе рабочего плана.
- b) На основе графика УТЗ.
- c) На основе перспективного плана спортсмена.
- d) На основе оперативного плана.
- e) На основе учебного плана

9. План-конспект тренировочного занятия составляется:

- a) На основе рабочего плана
- b) На основе индивидуального плана
- c) На основе группового плана
- d) На основе текущего плана
- e) На основе командного плана

10. На основе какого документа составляются текущие (годовые) планы тренировки спортсменов:

- a) Многолетних планов
- b) Индивидуальных планов
- c) Групповых планов
- d) Фактических планов
- e) Перспективных планов

11. Основными функциями управления служат:

- a) Целевое комплексное планирование и комплексный контроль;
- b) Анализ полученных данных и выработку управленческих упражнений;
- c) Выявление исходной информации;
- d) Соревновательная и тренировочная деятельность
- e) Олимпийский цикл

12. Врожденно обусловленным компонентом способностей является:

- a) Одаренность;
- b) Наследственность;
- c) Анатомо-физиологические особенности;
- d) Общие социальные условия жизни;
- e) Современная методика тренировки

13. Степень развития физических качеств – это результат:

- a) Физической подготовки;
- b) Специальной подготовки;
- c) Общей подготовки;
- d) Общей и специальной подготовки;
- e) Общей физической подготовки

14. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в баскетболе, характеризующихся активной двигательной деятельностью являются:

- a) Естественные силы природы.
- b) Физические упражнения;

- c) Восстановительные средства;
- d) Продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;
- e) Мобилизующие, корригирующие, релаксирующие средства

15. Упражнения направленные на воспитание физических качеств, называются:

- a) Физические;
- b) Развивающие;
- c) Подводящие;
- d) Имитационные;
- e) Специально технические

16. Укажите, что относится к общепедагогическим методам спортивной тренировки:

- a) Практический и метод самостоятельной работы.
- b) Словесный и наглядный;
- c) Специфические и практические;
- d) Игровой и соревновательный;
- e) Специфические и общепедагогические

17. Методы, которые направлены преимущественно на совершенствование физических качеств, в процессе спортивной тренировки, относятся:

- a) Равномерные и попеременные;
- b) Интервальные и повторные.
- c) Непрерывные и интервальные;
- d) Практические и игровые;
- e) Игровые и соревновательные

18. Специально организованная соревновательная деятельность для повышения эффективности тренировочного процесса, этот метод называется:

- a) Развлекательный;
- b) Развлекательный - игровой;
- c) Соревновательный;
- d) Игровой;
- e) Специфически

19. Укажите, чем достигается результативность техники у спортсмена в избранном виде спорта:

- a) Соответствием уровню физической, технической и тактической подготовки;
- b) Соревновательными и игровыми упражнениями
- c) Эффективностью, стабильностью, вариативностью, экономичностью, минимальной тактической информативностью техники;
- d) Средствами технической подготовки;
- e) Облегченными тренировочными снарядами и специальным оборудованием

20. В спортивных и других видах спорта основным показателем экономичности техники является:

- a) Уровень физической, технической подготовленности спортсмена;
- b) Способность спортсмена к выполнению движений, которые эффективны для достижения цели;
- c) Уровень технической готовности спортсмена в избранном виде спорта
- d) Способность спортсмена к выполнению эффективных действий при их небольшой амплитуде и минимальном времени, необходимом для выполнения;
- e) Способность спортсмена к определенной коррекции двигательных действий в соревновательной борьбе

21. Укажите виды тактической подготовки в избранном виде спорта:

- a) Спортивно-тактическая подготовка;
- b) Общая и специфическая тактическая подготовка;
- c) Специальная и соревновательная тактическая подготовка.
- d) Общая и специальная тактическая подготовка;
- e) Специфическая и игровая тактическая подготовка

22. Тактическое мышление спортсмена зависит:

- a) От способности спортсмена быстро воспринимать, оценивать и перерабатывать информацию;
- b) От развития ситуации на площадке в процессе соревновательной деятельности;
- c) От соревновательных ситуациях.
- d) От тактических знаний, умений и навыков;
- e) От специальной тактической подготовки

23. Подготовка, направленная на овладение знаниями и тактическими действиями, необходимыми для успешного выступления в соревнования, называется:

- a) Специальная интегральная подготовка;
- b) Специальная техническая подготовка;
- c) Специальная физическая подготовка;
- d) Специальная психологическая подготовка
- e) Специальная тактическая подготовка

24. Тактическое мастерство спортсмена базируется:

- a) На технической подготовленности;
- b) На физической подготовленности;
- c) На психологической подготовленности;
- d) На интегральной подготовленности.
- e) На технической, физической, психологической подготовленности

25. Процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки, называется:

- a) Спортивная подготовка;
- b) Физическая нагрузка;
- c) Физическое совершенство;
- d) Соревновательная подготовка.
- e) Физическая подготовка

26. Система психолого-педагогических воздействий, применяемых с целью формирования и совершенствования у спортсменов свойств личности и психических качеств, необходимых для успешного выполнения тренировочной деятельности, подготовки к соревнованиям и надежного выступления в них, называется:

- a) Психическая подготовка;
- b) Физическая подготовка;
- c) Соревновательная подготовка;
- d) Техническая подготовка;
- e) Тактическая подготовка

27. Состояние стартовой лихорадки, стартовой апатии, боевой готовности, самоуспокоенности относятся к:

- a) Предстартовым;

- b) Вводно-подготовительным;
- c) После соревновательным;
- d) Волевым;
- e) После стартовым

28. Объектом деятельности в спорте в первую очередь является;

- a) Собственное тело и его движения;
- b) Тренер;
- c) Психологические установки к деятельности;
- d) Соперник;
- e) Анализ направленности личности

29. Интенсивная, часто максимальная нагрузка, связанная с выполнением соревновательной деятельности, называется:

- a) Функциональная нагрузка.
- b) Соревновательная нагрузка;
- c) Специфическая нагрузка;
- d) Тренировочная нагрузка;
- e) Неспецифическая нагрузка

30. К поддерживающим или стабилизирующим нагрузкам относятся:

- a) Специальные.
- b) Средние;
- c) Малые и средние;
- d) Поддерживающие
- e) Физические упражнения

### Вариант 3

1. При построении тренировки в малых циклах, втягивающие микроциклы направлены:

- a) На подведение спортсмена к эффективному выполнению специфической тренировочной работы.
- b) На окончательное становления спортивной формы.
- c) На выполнения высоких по объему тренировочных нагрузок.
- d) На стабилизацию спортивной формы.
- e) На подведение организма спортсмена к напряженной тренировочной работе

2. Учет, который позволяет определить исходный уровень подготовленности спортсмена или группу спортсменов, называется:

- a) Текущий учет.
- b) Рубежный учет.
- c) Оперативный учет.
- d) Итоговый учет.
- e) Предварительный учет

3. Основными наиболее важными компонентами системы тренировочно-соревновательной подготовки, являются:

- a) Система отбора и спортивной ориентации;
- b) Система соревнований;
- c) Система спортивной тренировки;
- d) Система факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности;
- e) Все выше перечисленное

4. Степень подготовленности баскетболиста зависит от:

- a) Эффективных и соревновательных систем;
- b) Научно-методического обеспечения;
- c) Спортивной тренировки;
- d) Технической, тактической подготовки;
- e) Спортивной формы

5. Степень развития тактического мышления – это результат:

- a) Тактической подготовки;
- b) Игровой подготовки;
- c) Соревновательной подготовки;
- d) Научно-методического обеспечения;
- e) Теоретической подготовки

6. Средствами спортивной тренировки являются:

- a) Обще подготовительные упражнения
- b) Избранные соревновательные, специально подготовительные, обще подготовительные упражнения;
- c) Избранные соревновательные упражнения;
- d) Соревновательные упражнения;
- e) Специально подготовительные упражнения

7. Упражнения, которые по координационной структуре, характеру выполнения соответствовали избранной спортивной дисциплине, называются:

- a) Специально подготовительные
- b) Имитационные;
- c) Гимнастические;
- d) Обще развивающие;
- e) Подводящие

8. Практические методы спортивной тренировки – это:

- a) Методы общей и специальной физической подготовки.
- b) Методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный;
- c) Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
- d) Специфические и общепедагогические;
- e) Игровой и соревновательный

9. Непрерывные методы тренировки, применяемые в условиях равномерной и переменной работы, используются для воспитания:

- a) Специальной координации;
- b) Специальной быстроты.
- c) Специальной выносливости;
- d) Специальной гибкости;
- e) Специальной ловкости;

10. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

- a) Путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки;
- b) Наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса.
- c) Наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;

- d) Способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
- e) Внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима

11. Укажите, что являются средствами технической подготовки:

- a) Физические упражнения;
- b) Игровые и соревновательные упражнения.
- c) Обще подготовительные, специально подготовительные, соревновательные;
- d) Упражнения, направленные на формирование двигательных действий;
- e) Тренировочные снаряды и оборудование

12. Укажите, какие задачи решает общая техническая подготовка:

- a) Степень освоения техники вида спорта;
- b) Повышения технического уровня подготовленности в избранном виде спорта;
- c) Уровень освоения фонда двигательных умений и навыков, которые способствуют выполнению эффективных приемов в условиях соревновательной деятельности.
- d) Расширения фонда двигательных умений и навыков, а также в воспитании двигательнo-координационных способностей, которые способствуют техническому совершенствованию в избранном виде спорта;
- e) Выполнения эффективных приемов и действий в сложных условиях

13. Спортивная подготовка – это:

- a) Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфическое отношение нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- b) Упорядочная организация деятельности по обеспечению совершенствования спортсмена в сфере спорта;
- c) Педагогический процесс, направленный на развитие физических способностей в избранном виде спорта.
- d) Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;
- e) Повторное выполнение спортивного упражнения

14. Специфическими средствами и методами тактической подготовки в баскетболе являются:

- a) Соревновательные и игровые упражнения;
- b) Индивидуальные упражнения;
- c) Групповые упражнения.
- d) Тактические упражнения или специально подготовительные и соревновательные упражнения;
- e) Избранные упражнения

15. Интервальные методы тренировки – это:

- a) Повторные методы;
- b) Комбинированные методы
- c) Игровые и соревновательные методы;
- d) Равномерные и переменные методы.
- e) Повторные и комбинированные методы

16. Тактическое мышление – это:

- a) Способность спортсмена быстро воспринимать и перерабатывать информацию;
- b) Оценка соревновательной ситуации;
- c) Специальная тактическая подготовка;

- d) Оценка развития ситуации на площадке в процессе соревновательной деятельности.
- e) Формирование тактических знаний, умений и навыков

17. Физические упражнения – это:

- a) Мобилизующие, корригирующие средства;
- b) Упражнения повышенной интенсивности;
- c) Специфические упражнения избранного вида спорта;
- d) Специально подготовительные упражнения.
- e) Упражнения, оказывающие воздействие на организм и личность человека

18. Из психической подготовки выделяют:

- a) Общую психическую и психическую подготовку к конкретному соревнованию;
- b) Моделированная и тренировочная психическая подготовка;
- c) Общая и специальная психическая подготовка;
- d) Психолого-педагогическая подготовка;
- e) Психофизиологическая подготовка

19. Совокупность способов применения технических приемов в соответствии с условиями соревнования – это:

- a) Тактика;
- b) Реакция;
- c) Техника;
- d) Стадия;
- e) Интеракция

20. Чем в первую очередь отличается первое выступление в соревнованиях от последующих:

- a) Более высоким эмоциональным напряжением;
- b) Уверенностью в своих силах;
- c) Неуверенностью спортсмена в своих силах;
- d) Повышенной готовностью к соревнованиям;
- e) Состоянием психической свежести

21. Нагрузка является функцией:

- a) Тренировочной работы.
- b) Мышечной работы;
- c) Интенсивной работы;
- d) Специфической работы;
- e) Двигательной работы

22. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют несколько зон. Укажите сколько этих зон?

- a) Десять зон.
- b) Пять зон;
- c) Шесть зон;
- d) Семь зон;
- e) Восемь зон

23. В зависимости от масштаба времени, в пределах которого протекает тренировочный процесс, различают:

- a) Структуру многолетних тренировочных циклов.
- b) Микроструктуру, мезоструктуру, макроструктуру;
- c) Структуру отдельного тренировочного занятия.

- d) Структуру этапов тренировки.
- e) Структуру больших тренировочных циклов

24. Укажите виды тактической подготовки в избранном виде спорта:

- a) Спортивно-тактическая подготовка;
- b) Общая и специфическая тактическая подготовка;
- c) Специальная и соревновательная тактическая подготовка.
- d) Общая и специальная тактическая подготовка;
- e) Специфическая и игровая тактическая подготовка

25. Тактическое мышление спортсмена зависит:

- a) От способности спортсмена быстро воспринимать, оценивать и перерабатывать информацию;
- b) От развития ситуации на площадке в процессе соревновательной деятельности;
- c) От соревновательных ситуациях.
- d) От тактических знаний, умений и навыков;
- e) От специальной тактической подготовки

26. Подготовка, направленная на овладение знаниями и тактическими действиями, необходимыми для успешного выступления в соревнованиях, называется:

- a) Специальная интегральная подготовка;
- b) Специальная техническая подготовка;
- c) Специальная физическая подготовка;
- d) Специальная психологическая подготовка;
- e) Специальная тактическая подготовка

27. Тактическое мастерство спортсмена базируется:

- a) На технической подготовленности;
- b) На физической подготовленности;
- c) На психологической подготовленности;
- d) На интегральной подготовленности.
- e) На технической, физической, психологической подготовленности

28. Процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки, называется:

- a) Спортивная подготовка;
- b) Физическая нагрузка;
- c) Физическое совершенство;
- d) Соревновательная подготовка.
- e) Физическая подготовка

29. Специально подготовительные микроциклы направлены:

- a) Только на достижения необходимого уровня специальной работоспособности в соревнованиях.
- b) На формирование спортивной формы и , специальную психологическую подготовленность
- c) На уровень технико-тактических навыков и умений.
- d) На общую и специальную физическую подготовку.
- e) На уровень специальной подготовленности, технико-тактические навыки и умения, специальную психологическую подготовленность

30. В практике спорта при построении тренировки в многолетних макроциклах принято выделять:

- a) Трехлетние циклы.
- b) Перспективные циклы.
- c) В отдельных случаях 3-4 месяца.
- d) Годичные циклы.
- e) Четырехлетние циклы

### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется, если даны правильные ответы в тестовой форме на 91-100% вопросов;
- оценка «хорошо», если даны правильные ответы в тестовой форме на 81-90% вопросов;
- оценка «удовлетворительно», если даны правильные ответы в тестовой форме на 71-80% вопросов;
- оценка «неудовлетворительно», если даны правильные ответы в тестовой форме на 70% и менее вопросов.

### **Перечень дискуссионных тем для круглого стола**

#### **Тема дискуссии 1. Фундаментальные проблемы общей теории спортивной подготовки**

Вопросы для дискуссии:

1. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования спортивной подготовки.
2. Теоретико-методологические и историко-логические проблемы спортивной подготовки в РФ.
3. Теория и организация спортивной подготовке в системе массового (общедоступного) спорта.
6. Общая теория спортивной подготовки спортсменов высшей квалификации.

*Тема для дискуссии:* Как вы думаете, не мешает ли четкое определение общего состояния фундаментальных проблем спортивной подготовки при современных тенденциях формирования теории и методики спорта в Российской Федерации?

#### **Тема дискуссии 2. Система спортивной подготовки. Психология спорта**

Вопросы для дискуссии:

1. Содержательная и нормативно-критериальная основа системы спортивной подготовки.
2. Методологические проблемы спортивной подготовки.
3. Психологические аспекты спортивной ориентации детей и отбора в системе спортивной подготовки.

*Тема для обсуждения:* В чем на ваш взгляд заключаются преимущества и недостатки спортивной подготовки, научного эксперимента, планов истинных научных.

*Задание для самостоятельной работы:* Оформите собственное портфолио, включающее: портфолио документов, портфолио творческих работ, рейтинговое портфолио.

### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется аспиранту, если он свободно ориентируется в предложенных вопросах, свободно владеет терминологией; демонстрирует системность при изложении материала; логично и аргументировано излагает свою точку зрения, опирается на данные наук из различных отраслей знания, привлекает примеры из опыта; грамотно рефлексиирует отличные от своей точки зрения подходы в рассмотрении вопросов;
- оценка «хорошо» выставляется аспиранту, если он в основном ориентируется в предложенных вопросах, однако не вполне уверенно владеет терминологией; при изложении материала не хватает системности, стройности аргументов и логичности; затрудняется с приведением для аргументации данных из других отраслей знания, лишь фрагментарно может

привлечь примеры из опыта; не вполне верно рефлексировать отличные от своей точки зрения подходы в рассмотрении вопросов;

- оценка «удовлетворительно» выставляется аспиранту, если он слабо владеет вопросами, поставленными на обсуждение, ошибается с использованием базовых терминов; затрудняется с построением системных связей в процессе обсуждения вопросов; не может аргументировано излагать свою точку зрения и не привлекает данные смежных наук; испытывает трудности с рефлексированием отличных от своей точки зрения подходов в рассмотрении вопросов;

- оценка «неудовлетворительно» ставится, если аспирант не владеет вопросами, поставленными на обсуждение, не оперирует и не владеет основными категориями конфликтологии, не может внятно изложить свою точку зрения, не умеет рефлексировать воспроизводимые участниками дискуссии точки зрения и подходы относительно рассматриваемых вопросов.

## Темы рефератов, докладов, сообщений

### Рефераты

1. Общая теория спортивной подготовки, её сущность, функции и уровни.
2. Формирование и развитие теории спортивной подготовки.
3. Основные тенденции развития общей теории спорта в период становления и развития различных общественно-экономических формаций.
4. Основные методические направления развития теории спортивной подготовки.
5. Основные концептуальные направления общей теории спортивной подготовки.
6. История и логика тенденций эволюции возникновения, преобразования и состояние современной теории спортивной подготовки.
7. Теоретические и методические принципы педагогических исследований в области теории спортивной подготовки.
8. Основные направления развития общей теории спортивной подготовки в России.
9. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования общей теории спортивной подготовки.
10. Теоретико-методологические и историко-логические проблемы общей теории спортивной подготовки.
11. Спортивная подготовка специального и высшего образования.
12. Спортивная подготовка в системе детско-юношеского спорта.
13. Спортивная подготовка спортсменов высшей квалификации.

### Доклады

1. Современные концептуальные представления о теории спортивной подготовки.
2. Анализ современного понятийного аппарата общей теории спортивной подготовки.
3. Обзор актуальных проблем обобщающих исследований в области спортивной подготовки. Характерные черты методологии исследования в этой сфере.
4. Теоретико-методические положения системы спортивной подготовки юных спортсменов.
5. Общие и специфические тенденции становления отечественной системы спортивной подготовки.
6. Сравнительная характеристика общей и специализированной подготовки в системе спортивной подготовки.
7. Оценка современного состояния теоретических, программно-нормативных и организационных основ отечественной системы спортивной подготовки, перспективы её совершенствования.
8. Характеристика отличительных черт спортивной подготовки массового спорта и спорта высших достижений.
9. Концепция структуры тренировочного процесса как относительно устойчивого порядка его развертывания в рамках малых, средних и больших циклов. Типология тренировочных циклов.
10. Обобщенное представление о современных научных данных, раскрывающих значимость и способы эффективного использования гигиенических и естественно-природных факторов в системе спортивной подготовки.

### Сообщения

1. Пути совершенствования процесса спортивной подготовки. Актуальные задачи повышения уровня подготовленности спортсменов.
2. Анализ современных подходов к проблемам построения системы спортивной подготовки.

3. Инновационные технологии построения спортивной подготовки в детско-юношеском спорте.
4. Проблема построения спортивной подготовки у спортсменов-студентов в системе высшего образования.
5. Научно-методические основы спортивной подготовки.

#### **Критерии оценки:**

- оценка **«отлично»** выставляется аспиранту, если аспирант самостоятельно выполнил работу над рефератом (докладом) с привлечением обширного количества источников из различных отраслей знания, публично его представил, уверенно ориентируется в вопросах сокурсников и преподавателя и правильно отвечает на них, может вступать в дискуссию в процессе обсуждения вопросов и грамотно аргументирует свою позицию;

- оценка **«хорошо»** выставляется аспиранту, если аспирант самостоятельно выполнил работу над рефератом (докладом) с привлечением нескольких источников разного характера, публично его представляет, иногда затрудняется, но отвечает на вопросы сокурсников и преподавателя, может вступать в дискуссию в процессе обсуждения вопросов реферата, но затрудняется с аргументацией своей позиции;

- оценка **«удовлетворительно»** выставляется аспиранту, если аспирант самостоятельно выполнил работу над рефератом (докладом) с привлечением незначительного количества источников, публично его представляет, однако слабо владеет материалом, не может рассуждать по вопросам реферата, испытывает значительные затруднения с ответом на дополнительные вопросы, не вступает в дискуссию в процессе обсуждения вопросов и не может грамотно аргументировать свою позицию;

- оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если аспирант не выполнил задание.

#### **Для устного опроса на практических занятиях**

##### **Критерии оценки:**

- **оценка «отлично»** выставляется аспиранту, если аспирант строит ответ логично в соответствии с планом, обнаруживает максимально глубокое знание профессиональных терминов, понятий, категорий, концепций и теорий. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры. Обнаруживает аналитический подход в освещении тезисов автора статьи. Делает содержательные выводы. Демонстрирует знание специальной лексики в рамках учебного текста и дополнительных источников информации;

- **оценка «хорошо»** выставляется аспиранту, если аспирант строит свой ответ в соответствии с планом. В ответе представлены различные подходы к проблеме, но их обоснование недостаточно полно. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры, однако наблюдается некоторая непоследовательность анализа. Выводы правильны. Речь грамотна, используется профессиональная лексика. Демонстрирует знание специальной лексики в рамках учебного текста и дополнительных источников информации;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется аспиранту, если ответ недостаточно логически выстроен, план ответа соблюдается непоследовательно. Аспирант не достаточно развернуто раскрывает профессиональные понятия. Выдвигаемые положения декларируются, но недостаточно аргументируются.

- **оценка «неудовлетворительно»** ставится при условии недостаточного раскрытия профессиональных понятий, категорий, концепций, теорий. Аспирант проявляет стремление подменить научное обоснование проблем рассуждениями обыденно-

повседневного бытового характера. Ответ содержит ряд серьезных неточностей. Выводы поверхностны.

### **1.3.2. Оценочные материалы для промежуточной аттестации по учебной дисциплине «Общая теория спортивной подготовки»**

#### **Примерные вопросы для промежуточной аттестации (зачет)**

1. Определение исходных понятий: «спорт», «подготовка «спортсмена», «подготовленность», «система спортивной подготовки», «спортивная тренировка», «тренированность», «спортивная форма».
2. Теория спорта как наука. Ее методологическое, познавательное и практическое значение. Структура теории спорта, ее место в системе знаний о спорте и связь с другими науками.
3. Теория спорта как учебный предмет, его назначение, основные разделы, содержание и роль в системе профессионального высшего физкультурного образования.
4. Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта.
5. Понятия: «спортивный результат», «спортивное достижение», «спортивный рекорд», их отличительные признаки и взаимосвязь.
6. Классификация спортивных достижений, их измерение и критерии оценивания.
7. Факторы, обуславливающие уровень спортивных достижений. Структура спортивных достижений.
8. Факторы, определяющие структуру отдельного занятия. Типы занятий. Варианты сочетания занятий в одном тренировочном дне.
9. Понятие о микроциклах тренировки их определяющие и закономерности построения. Факторы, определяющие структуру, продолжительность и методику построения микроциклов. Типы микроциклов.
10. Понятие о мезоциклах тренировки, их определяющие черты и закономерности построения. Факторы, обуславливающие структуру мезоциклов. Типы мезоциклов.
11. Понятия «планирование», «план», «программа». Положения планирования. Виды и значение планирования в управлении тренировочным процессом.
12. Перспективное планирование, его структура и содержание: факторы, определяющие структуру и продолжительность многолетней подготовки; основные разделы и содержание планов многолетней подготовки.
13. Текущее планирование, его структура и содержание: планы макроциклов типа годовых и полугодовых; планы мезоциклов; планы микроциклов.
14. Оперативное планирование, его структура и содержание: планы тренировочного дня; планы отдельного занятия.
15. Контроль и учет в процессе спортивной тренировки: цель, предмет и виды. Схема организации комплексного контроля и учета. Виды показателей, используемых в процессе контроля и учета, и требования к ним.
16. Управление в процессе спортивной тренировки, основные группы операций, объект и цель управления, виды управления, основной принцип, общая схема управления в спортивной тренировке.
17. Основные принципы, реализуемые в процессе спортивной тренировки, их значение в деятельности тренера. Принцип направленности к высшим достижениям, углубленная специализация. Принцип непрерывности тренировочного процесса. Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам.
18. Основные принципы, реализуемые в процессе спортивной тренировки, их значение в деятельности тренера. Принцип волнообразности и вариативности нагрузок. Принцип цикличности тренировочного процесса. Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности.
19. Особенности соревновательной практики на различных этапах многолетней подготовки спортсменов.

20. Понятие о спортивном отборе. Классификация отбора в спорте. Общая схема управления процессом отбора. Критерии, методы и организация отбора.
21. Понятие о спортивной ориентации. Стадии спортивной ориентации. Критерии, методы и организация спортивной ориентации.
22. Теоретико-методологические основы спортивного отбора и спортивной ориентации. Взаимосвязь между стадиями и этапами ориентации и отбора в процессе многолетней подготовки.
23. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки.
24. Построение системы подготовки и соревновательной деятельности в связи с факторами природной среды.
25. Материально-техническое, научное и организационно-педагогическое обеспечение подготовки и проведения соревнований.

### **Критерии оценивания зачета**

Зачет происходит в форме собеседования. При оценке знаний учитывается:

1. Понимание и степень усвоения теории курса.
2. Уровень знания фактического материала в объеме программы.
3. Правильность формулировки основных понятий и закономерностей.
4. Логика, структура и грамотность изложения вопроса.
5. Использование примеров из монографической литературы (статьи, хрестоматии) и авторов-исследователей по данной проблеме.
6. Умение связать теорию с практическим применением.
7. Умение сделать обобщение, выводы.
8. Умение ответить на дополнительные вопросы.

**Оценка «Зачтено»** ставится, если при ответе демонстрируется:

1. Глубокое и прочное усвоение знаний программного материала (умение выделять главное, существенное).
2. Исчерпывающее, последовательное, грамотное и логически стройное изложение.
3. Правильность формулировки понятий и закономерностей по данной проблеме.
4. Использование примеров из монографической литературы и практики.
5. Знание авторов-исследователей по данной проблеме.
6. Умение сделать вывод по излагаемому материалу.

**Оценка « Не зачтено»** ставится, если при ответе демонстрируется

1. Незнание значительной части программного материала.
2. Существенные ошибки в процессе изложения.
3. Неумение выделить существенное и сделать вывод.
4. Незнание или ошибочные определения.