

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Таганрогского института  
имени А.П. Чехова (филиала)  
РГЭУ (РИНХ)  
\_\_\_\_\_ Петрушенко С. А.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Рабочая программа дисциплины**  
**Теория и методика детско-юношеского спорта**

направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
направленность (профиль) 44.03.05.37 Физическая культура и Дополнительное  
образование (спортивная подготовка)

Для набора 2024 года

Квалификация  
Бакалавр

**КАФЕДРА физической культуры****Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс Вид занятий	1		Итого	
	уп	рп		
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	91	91	91	91
Часы на контроль	9	9	9	9
Итого	108	108	108	108

**ОСНОВАНИЕ**

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 29.08.2024 протокол № 1.

Программу составил(и): канд. пед. наук, Зав. каф., Кибенко Е. И. \_\_\_\_\_

Зав. кафедрой: Кибенко Е. И. \_\_\_\_\_

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Цель учебной дисциплины "Теория и методика детско-юношеского спорта" обеспечить будущих специалистов физической культуры и спорта знаниями в области теории и методики спортивной подготовки детей, подростков, юношей и девушек, ознакомить студентов с методикой отбора и планирования спортивной подготовки на разных этапах обучения в детско-юношеских спортивных школах.
-----	--

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

<b>ПКР-1.1:</b> Знает основы и принципы формирования развивающей образовательной среды, а так же способы ее использования для достижения образовательных результатов обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями
<b>ПКР-1.2:</b> Владеет средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды
<b>ПКР-1.3:</b> Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов, формируемых в преподаваемом предмете метапредметных и предметных компетенций
<b>ОПК-1.1:</b> Знает и понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования, норм профессиональной этики
<b>ОПК-1.2:</b> Применяет в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности
<b>ОПК-1.3:</b> Использует нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса и при проведении досуговых мероприятий

### В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

<b>Знать:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– общую характеристику спорта: основные понятия, относящиеся к спорту; классификацию видов спорта;</li> <li>– социальные функции спорта;</li> <li>– организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта;</li> <li>– систему отбора и спортивной ориентации;</li> <li>– основу систем спортивной тренировки и соревнований в детско-юношеском спорте, систему факторов, повышающих их эффективность;</li> <li>– основные физиологические механизмы регуляции функций организма занимающихся, поддерживающие гомеостаз и обеспечивающие адаптационные процессы во время учебно-тренировочного процесса;</li> <li>– основы спортивной тренировки; средства, методы, принципы спортивной тренировки; основные стороны спортивной тренировки (виды спортивной подготовки);</li> <li>– основы построения общей и специальной физической подготовки в детско-юношеском спорте;</li> <li>– сенситивные периоды изменения роста-весовых показателей и развития физических качеств обучающихся в детско-юношеских спортивных школах;</li> <li>– физиологическую основу проявления физических качеств и физических способностей в спортивной деятельности;</li> <li>– основы технико-тактической подготовки (на примере избранного вида спорта);</li> <li>– особенности воспитания моральных и волевых качеств у юных спортсменов, методику специальной психологической подготовки занимающихся в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ) на разных возрастных этапах;</li> <li>– организацию, планирование и прогнозирование результатов при подготовке юных спортсменов;</li> <li>– построение тренировки в микроциклах, мезоциклах и макроциклах;</li> <li>– технологию планирования тренировочного процесса, документы планирования;</li> <li>– методы контроля и учета в подготовке спортсмена;</li> <li>– способы ведения врачебно-педагогического контроля за занимающимися в учебных группах;</li> <li>– технологию управления спортивной подготовкой.</li> </ul>

<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать основные понятия, относящиеся к спорту в образовательной деятельности;</li> <li>– использовать при подготовке к учебным занятиям программно-нормативные документы предназначенные для ДЮСШ;</li> <li>– осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики;</li> <li>– формулировать конкретные задачи спортивной тренировки с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– рационально подбирать средства и методы спортивной тренировки для решения поставленных задач;</li> <li>– выявлять причину возникновения ошибок в процессе обучения двигательными действиями, развития физических качеств, находить способы их устранения;</li> <li>– разрабатывать и использовать комплексы физических упражнений, направленные на повышение уровня общей и специальной физической подготовки у участников тренировочного процесса, с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– вести технико-тактическую подготовку (на примере избранного вида спорта);</li> <li>– использовать методические приемы, с целью воспитания моральных и волевых качеств у юных спортсменов, проведения специальной психологической подготовки с занимающимися в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ) на разных возрастных этапах;</li> <li>– организовать тренировочное занятие, планировать и прогнозировать результаты юных спортсменов;</li> <li>– построить тренировочный процесс в микроциклах, мезоциклах и макроциклах;</li> <li>– использовать технологию планирования тренировочного процесса, документы планирования;</li> <li>– осуществлять контроль и учет при подготовке спортсменов;</li> <li>– проводить врачебно-педагогический контроль в учебных группах;</li> <li>– управлять спортивной подготовкой;</li> <li>– формировать развивающую образовательную среду и использовать возможности ее для достижения образовательных результатов.</li> </ul>
<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способностью ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и др.);</li> <li>– программно-нормативными документами предназначенными для ведения тренерской деятельности в ДЮСШ;</li> <li>– способностью осуществлять взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;</li> <li>– способами нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– навыками составления календарного плана спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;</li> <li>– методикой организации и проведения учебно-тренировочных занятий, соревнований по различным видам спорта в общеобразовательных школах; в оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях; в детско-юношеских спортивных школах.</li> </ul>

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
	<b>Раздел 1. Основы теории и методики детского и юношеского спорта.</b>				
1.1	Основные понятия и термины дисциплины. Цель и задачи детско-юношеского спорта. История становления системы ДЮСШ в нашей стране, основные направления работы системы детско-юношеского спорта в России. Требования основных нормативно-правовых документов, регламентирующих организацию спортивной подготовки. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта. Современные требования к профессиональной деятельности тренера ДЮСШ. Нормы профессиональной этики спортивного педагога. /Лек/	1	2	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.1 Л1.8Л2.1 Л2.14 Л2.23 Л2.26
1.2	Основные понятия относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Система подготовки спортсмена: отбор и спортивная ориентация, спортивная тренировка, система соревнований, внутренировочные и внесоревновательные факторы оптимизации тренировочно-соревновательного процесса. /Ср/	1	2	ПКР-1.1	Л2.1 Л1.1 Л1.1 Л1.9Л2.5 Л2.16 Л2.26
1.3	Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения: общедоступный спорт (массовый); спорт высших достижений. /Ср/	1	2	ПКР-1.1	Л2.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.26
	<b>Раздел 2. Анатомо-физиологические особенности развития детей и подростков. Особенности психического развития детей и подростков.</b>				

2.1	Особенности физического развития детей младшего школьного возраста, подросткового и старшего школьного возраста. Примерные сенситивные (чувствительные) периоды изменения ростовых показателей и развития физических качеств у детей школьного возраста. /Пр/	1	2	ПКР-1.1	Л2.1 Л1.2 Л1.1Л2.2 Л2.6 Л2.15 Л2.18 Л2.25
	<b>Раздел 3. Общая характеристика этапов спортивной подготовки в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ).</b>				
3.1	Этапы спортивной подготовки: предварительный, начальной спортивной специализации, углубленной спортивной специализации, высшего спортивного мастерства. Их цели и задачи. /Ср/	1	2	ПКР-1.1	Л2.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.26
	<b>Раздел 4. Основы спортивной тренировки.</b>				
4.1	Цели и задачи спортивной тренировки. Средства, методы и принципы спортивной тренировки. Методы обучения двигательным действиям. Методы воспитания физических качеств. /Лек/	1	2	ПКР-1.1 ПКР-1.2	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.9Л2.5 Л2.9 Л2.24 Л2.26
4.2	Средства спортивной тренировки: общеподготовительные упражнения, специально подготовительные упражнения, избранные соревновательные упражнения. Их цели и задачи. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.9Л2.5 Л2.26
4.3	Методы спортивной тренировки. Общепедагогические и специфические. Методы строго регламентированного упражнения. Игровой и соревновательный методы. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.9Л2.5 Л2.17 Л1.1 Л1.1 Л2.26
4.4	Знание терминов "тренировка", "тренированность", "подготовленность", "спортивная форма" и др. Выбор средств и методов на разных этапах спортивной подготовки. Словесные и наглядные методы; непрерывные и интервальные методы. /Ср/	1	2	ПКР-1.1 ПКР-1.2	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1Л2.17 Л2.26
	<b>Раздел 5. Основные стороны спортивной тренировки.</b>				
5.1	Виды спортивной подготовки спортсмена. Физическая подготовка. Техничко-тактическая подготовка. Игровая (интегральная) подготовка. Теоретическая подготовка. Психологическая подготовка. Инструкторская и судейская практика. Ознакомление с календарным планом соревнований, с положением о соревнованиях, правилами соревнований (на примере избранного вида спорта). /Ср/	1	4	ОПК-1.3 ПКР-1.1 ПКР-1.2	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.3 Л2.15 Л2.16 Л2.26
5.2	Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки по отношению к общему объему учебного плана (на разных этапах спортивной подготовки). Общая и специальная физическая подготовка. Обучение техническому приему (на примере избранного вида спорта). /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.16 Л2.26
5.3	Психологическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Спортивно-этическое воспитание. Методы гетерорегуляции и ауторегуляции в спорте, идеомоторная тренировка. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л2.3 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.4 Л2.13 Л2.15
5.4	Спортивные соревнования, их планирование, организация и проведение. Судейская практика: заполнение протокола соревнований (на примере избранного вида спорта); разработка положения о проведении первенства школы (по избранному виду спорта). /Ср/	1	4	ОПК-1.3 ПКР-1.1 ПКР-1.2	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.10 Л2.17
5.5	Спортивные соревнования, их планирование, организация и проведение. Судейская практика: оформление заявки для участия в соревнованиях; участие в судействе (совместно с педагогом); самостоятельное проведение судейства. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1Л2.8 Л2.10 Л2.26
	<b>Раздел 6. Тренировочные и соревновательные нагрузки.</b>				

6.1	Развивающие, поддерживающие (стабилизирующие), восстановительные физические нагрузки. Классификация нагрузок и характеристика отдельных зон мощности. Интенсивность нагрузки и объем работы. Продолжительность и характер интервалов отдыха. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.5 Л2.9 Л2.17 Л1.1 Л2.23 Л2.26
6.2	Адаптация к физическим нагрузкам и резервные возможности организма. Предстартовые состояния. Разминка и вработывание. Особенности утомления при различных видах физических нагрузок. Утомление и переутомление, причины их возникновения. Восстановительные мероприятия в спорте. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.9Л2.7 Л2.9 Л2.11 Л2.12 Л2.26
6.3	Профилактика травматизма в спорте. Гигиенические требования к занимающимся спортом. Закаливание организма спортсмена. Проведение восстановительных мероприятий после напряженных тренировочных нагрузок. Простейшие методики самооценки работоспособности. Дневник самоконтроля. Основы методики самомассажа.  /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.7 Л2.11 Л2.12 Л2.14 Л2.21 Л2.22
<b>Раздел 7. Построение тренировочных занятий в макроцикле. Виды макроциклов.</b>					
7.1	Построение тренировочного процесса на основе многолетних макроциклов. Варианты построения процесса подготовки в годичном цикле (по В. Н. Платонову). /Пр/	1	2	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.16 Л2.23 Л2.26
7.2	Одноцикловое, двухцикловое, трехцикловое планирование тренировочного процесса годичного макроцикла. Сдвоенный, строенный цикл спортивной подготовки на основе годичного макроцикла. Периоды спортивной подготовки: подготовительный, соревновательный, переходный. /Ср/	1	6	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.17 Л2.23 Л2.26
7.3	Построение годового плана-графика распределения учебно-тренировочной нагрузки для учебной группы (вид спорта, возраст занимающихся, этап спортивной подготовки определяет педагог). /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.17 Л2.23 Л2.26
<b>Раздел 8. Построение тренировочных занятий в мезоциклах. Виды мезоциклов.</b>					
8.1	Средний тренировочный цикл спортивной подготовки (мезоцикл). Построение тренировочного процесса на основе мезоциклов. Типовые мезоциклы в различных видах спорта: втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные, восстановительные. Их основная цель и задачи. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.23 Л2.26
8.2	Построение тренировочного цикла продолжительностью от 2 до 6 недель (мезоцикла) подготовительного, соревновательного или восстановительного периодов (на примере избранного вида спорта) - период подготовки и его продолжительность определяет педагог. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.16 Л2.23 Л2.26
<b>Раздел 9. Построение тренировочного процесса в микроцикле. Виды микроциклов.</b>					
9.1	Малый тренировочный цикл спортивной подготовки (микроцикл). Построение тренировочного процесса на основе микроциклов. Типовые микроциклы в различных видах спорта: втягивающие, базовые (общеподготовительные), контрольно-подготовительные (специально-подготовительные, модельные), соревновательные, подводящие, восстановительные. Их основная цель и задачи. Ударные микроциклы. /Ср/	1	3	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.16 Л2.23 Л2.26
9.2	Построение тренировочного цикла продолжительностью от 2 до 6 недель (мезоцикла) подготовительного, соревновательного или восстановительного периодов (на примере избранного вида спорта), включающего ряд микроциклов - период подготовки и его продолжительность определяет педагог. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.17 Л2.23 Л2.26
<b>Раздел 10. Технология планирования в спорте.</b>					

10.1	Общие положения технологии планирования в ДЮСШ. Документы перспективного, текущего и оперативного планирования. /Ср/	1	2	ОПК-1.1	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.5 Л2.9 Л2.23 Л2.26
10.2	Документы планирования учебно-тренировочного процесса: рабочая (учебная) программа спортивной подготовки (документ текущего планирования), план-график годичного цикла спортивной подготовки (документ текущего планирования), рабочий (тематический) план (документ оперативного планирования), план-конспект тренировочного занятия (документ оперативного планирования). Их цели и задачи. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.5 Л2.9 Л2.16 Л2.23 Л2.26
10.3	Структура учебно-тренировочного занятия. План-конспект учебно-тренировочного занятия. /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.9 Л2.16 Л2.17 Л2.23 Л2.26
10.4	Разработка плана-конспекта учебно-тренировочного занятия (вид спорта и этап спортивной подготовки по выбору студента). /Ср/	1	4	ПКР-1.1 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.4 Л1.1 Л1.9Л2.5 Л2.9 Л2.23 Л2.26
<b>Раздел 11. Комплексны контроль и учет в подготовке спортсмена.</b>					
11.1	Комплексный контроль. Врачебно-педагогический контроль. Самоконтроль. Виды контроля (оперативный, текущий, этапный, итоговый). Учет в процессе спортивной тренировки: (оперативный, текущий, этапный (предварительный, итоговый)). /Ср/	1	4	ПКР-1.1	Л2.1 Л1.1 Л2.3 Л1.3 Л1.7 Л1.1 Л1.8 Л2.23Л2.7 Л2.11 Л2.12 Л2.14 Л2.21
<b>Раздел 12. Экзамен</b>					
12.1	/Экзамен/	1	9	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3 ПКР-1.1 ПКР-1.2 ПКР-1.3	Л2.1 Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.7 Л1.1Л2.6 Л2.7 Л2.9 Л2.10 Л2.11 Л2.13 Л2.15 Л2.18 Л2.21 Л2.26

#### 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 5.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Жуков Р. С.	Основы спортивной тренировки: учебное пособие	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278415">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278415</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.2	Копосова Т. С., Лукина С. Ф., Звягина Н. В., Морозова Л. В., Соколова Л. В.	Возрастная психофизиология: учебно-методическое пособие	Архангельск: Северный (Арктический) федеральный университет (САФУ), 2015	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=436210">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=436210</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.3	Миллер Л. Л.	Спортивная медицина: учебное пособие	Москва: Человек, 2015	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461419">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461419</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.4	Дисько Е. Н., Якуш Е. М.	Основы теории и методики спортивной тренировки: учебное пособие	Минск: РИПО, 2018	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497462">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497462</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.5	Бондарчук, Р. Ч.	Спортивное право: учебное пособие	Москва: Всероссийский государственный университет юстиции (РПА Минюста России), 2015	<a href="http://www.iprbookshop.ru/43232.html">http://www.iprbookshop.ru/43232.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.6	Ягодин, В. В., Сенук, З. В.	Основы спортивной этики: учебное пособие	Екатеринбург: Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65959.html">http://www.iprbookshop.ru/65959.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.7	Граевская, Н. Д., Долматова, Т. И.	Спортивная медицина: учебное пособие. курс лекций и практические занятия	Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018	<a href="http://www.iprbookshop.ru/77241.html">http://www.iprbookshop.ru/77241.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.8		Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол: приказ министерства спорта российской федерации от 10 апреля 2013 г. №114	Саратов: Вузовское образование, 2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/87556.html">http://www.iprbookshop.ru/87556.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.9	Махов, С. Ю.	Основы спортивной подготовки: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/95410.html">http://www.iprbookshop.ru/95410.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

#### 5.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Григорьева И. В., Волкова Е. Г., Водолазов Ю. С.	Физическая культура. Основы спортивной тренировки: учебное пособие	Воронеж: Воронежская государственная лесотехническая академия, 2012	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=142220">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=142220</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.2	Сапего А. В.	Физиология спорта: учебное пособие	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2011	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232471">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232471</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.3	Багадирова С. К.	Основы психорегуляции в спортивной деятельности: учебное пособие	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2015	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344694">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344694</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей



	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.4	Петров А. В.	Спортивная этика: учебно-методическое пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459425">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459425</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.5	Аверьянов И. В., Эртман Ю. Н., Блинов В. А.	Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта: игровые виды спорта: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=573563">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=573563</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.6	Замчий Т. П., Салова Ю. П.	Физиология физкультурно-спортивной деятельности: практикум	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=573683">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=573683</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.7		Восстановительные средства в физической культуре и спорте: курс лекций	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2018	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=574271">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=574271</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.8	Луценко, С. А.	Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебно-методическое пособие	Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2010	<a href="http://www.iprbookshop.ru/29982.html">http://www.iprbookshop.ru/29982.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.9	Тудор, Бомпа, Карло, Буццичелли, Прокопьева, М.	Периодизация спортивной тренировки	Москва: Издательство «Спорт», 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/55562.html">http://www.iprbookshop.ru/55562.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.10	Мишенькина, В. Ф., Эртман, Ю. Н., Кириченко, В. Ф., Ковыршина, Е. Ю.	Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65000.html">http://www.iprbookshop.ru/65000.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.11	Михайлова, Т. В., Губа, В. П.	Дневник спортсмена: методическое пособие	Москва: Издательство «Спорт», 2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65558.html">http://www.iprbookshop.ru/65558.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.12	Белова, Л. В.	Спортивная медицина: учебное пособие	Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/66109.html">http://www.iprbookshop.ru/66109.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.13	Малкин, В. Р., Рогалева, Л. Н.	Психотехнологии в спорте: учебное пособие	Екатеринбург: Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2013	<a href="http://www.iprbookshop.ru/68462.html">http://www.iprbookshop.ru/68462.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.14	Шеланов, А. Б.	Восстановительная медицина в спорте	Ижевск: Регулярная и хаотическая динамика, Институт компьютерных исследований, 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/69344.html">http://www.iprbookshop.ru/69344.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.15	Малкин, В. Р., Рогалева, Л. Н., Люберцев, В. Н.	Психологическая работа в детско-юношеской спортивной школе: учебное пособие	Екатеринбург: Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/69670.html">http://www.iprbookshop.ru/69670.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.16	Махов, С. Ю.	Управление спортивной тренировкой в избранном виде спорта: дополнительная профессиональная программа	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/73257.html">http://www.iprbookshop.ru/73257.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.17	Бабушкин, Г. Д.	Предсоревновательная подготовка спортсменов высокой квалификации: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/74274.html">http://www.iprbookshop.ru/74274.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.18	Солодков, А. С., Сологуб, Е. Б.	Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник	Москва: Издательство «Спорт», 2018	<a href="http://www.iprbookshop.ru/74306.html">http://www.iprbookshop.ru/74306.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.19	Барчуков, И. С., Назаров, Ю. Н., Кикоть, В. Я., Егоров, С. С., Мацур, И. А., Сидоренко, И. В., Алексеев, Н. А., Маликов, Н. Н., Барчукова, И. С., Кикотя, В. Я.	Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования мвд россии	Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/81709.html">http://www.iprbookshop.ru/81709.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.20	Никитушкина, Н. Н.	Организация методической работы в спортивной школе: учебно-методическое пособие	Москва: Издательство «Спорт», 2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/83623.html">http://www.iprbookshop.ru/83623.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.21	Тулякова, О. В.	Комплексный контроль в физической культуре и спорте: учебное пособие	Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/93804.html">http://www.iprbookshop.ru/93804.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.22	Махов, С. Ю.	Гигиена физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/95397.html">http://www.iprbookshop.ru/95397.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.23	Махов, С. Ю.	Спортивная тренировка: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/95429.html">http://www.iprbookshop.ru/95429.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.24	Зациорский, В. М.	Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания	Москва: Издательство «Спорт», 2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/98647.html">http://www.iprbookshop.ru/98647.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.25	Булыкина, Л. В., Ачкасов, Е. Е., Безуглов, Э. Н., Губы, В. П.	Сенситивные периоды развития детей. Определение спортивного таланта: монография	Москва: Издательство «Спорт», 2021	<a href="http://www.iprbookshop.ru/101285.html">http://www.iprbookshop.ru/101285.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.26	Матвеев, Л. П., Платонов, В. Н., Филин, В. П., Набатникова, М. Я., Хоменков, Л. С., Тер- Ованесян, А. А., Попов, В. Б., Суслов, Ф. П., Родионов, А. В., Зациорский, В. М., Годик, М. А., Ратов, И. П., Запорожанов, В. А., Иоффе, Л. А., Сыч, В. Л., Шустин, Б. Н., Шустина, Б. Н.	Современная система спортивной подготовки: монография	Москва: Издательство «Спорт», 2021	<a href="http://www.iprbookshop.ru/104666.html">http://www.iprbookshop.ru/104666.html</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

### 5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Консультант +

### 5.4. Перечень программного обеспечения

Microsoft Office

### 5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебная аудитория для проведения лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.

Приложение 1

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

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

#### 1.1. Показатели и критерии оценивания компетенций:

ЗУН, составляющие компетенцию	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Средства оценивания
код и наименование компетенции			
<p><i>ОПК-1: Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики:</i></p> <p>ОПК-1.1: Знает и понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования, норм профессиональной этики.</p> <p>ОПК-1.2: Применяет в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-1.3: Использует нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса и при проведении досуговых мероприятий.</p>			
Знать: – общую характеристику	Проявляет активность, достаточный уровень	Ведет подготовку к учебным занятиям	О – опрос, КЗ –

<p>спорта: основные понятия, относящиеся к спорту;  классификацию видов спорта;  – социальные функции спорта;  – организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта;  – систему отбора и спортивной ориентации;  – технологию управления спортивной подготовкой</p>	<p>коммуникации во время освоения и закреплении пройденного учебного материала; знает и способен найти точный, аргументированный ответ на поставленные вопросы</p>	<p>используя учебную и дополнительную литературу;  демонстрирует приобретенные знания и использует их на учебных занятиях при освоении нового и закреплении пройденного материала; способен дать оценку выполненным учебным заданиям; самостоятельно принимает ситуационные решения во время дискуссии, ответах на дополнительные вопросы при устном опросе</p>	<p>контрольное задание</p>
<p><i>Уметь:</i>  – использовать основные понятия, относящиеся к спорту в образовательной деятельности;  – использовать при подготовке к учебным занятиям программно-нормативные документы предназначенные для ДЮСШ;  – осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики;  – организовать тренировочное занятие, планировать и прогнозировать результаты юных спортсменов;  – построить тренировочный процесс в микроциклах, мезоциклах и макроциклах;  – использовать технологию планирования тренировочного процесса, документы планирования;  – осуществлять контроль и учет при подготовке спортсменов;  – управлять спортивной подготовкой</p>	<p>Способен работать в коллективе, имеет достаточный уровень коммуникации.  При освоении нового и закреплении пройденного материала проявляет активность; способен найти точный, аргументированный ответ на поставленные вопросы</p>	<p>Грамотное выполнение индивидуальных заданий;  самостоятельность при ответах на вопросы во время дискуссий; четкие, аргументированные ответы на вопросы при устном опросе;  умение работать с учебной и дополнительной литературой</p>	<p>О – опрос,  КЗ – контрольное задание</p>

<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способностью ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и др.);</li> <li>– программно-нормативными документами, предназначенными для ведения тренерской деятельности в ДЮСШ;</li> <li>– способностью осуществлять взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;</li> <li>– навыками составления календарного плана спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;</li> <li>– методикой организации и проведения учебно-тренировочных занятий, соревнований по различным видам спорта в общеобразовательных школах;</li> <li>в оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях; в детско-юношеских спортивных школах.</li> </ul>	<p>Демонстрирует владение навыками при выполнении индивидуальных заданий, контрольных тестов; способен оценить современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания, позволяющие рационально подходить к разработке дополнительных общеобразовательных программ</p>	<p>Своевременное выполнение учебных заданий, творческий подход; способность отстаивать свою точку зрения, используя профессиональную терминологию; способность работать в коллективе; самостоятельность при ответах на вопросы во время дискуссий; четкие, аргументированные ответы на вопросы при устном опросе</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>
--	--	--	--

*ПКР-1: Способен формировать развивающую образовательную среду и использовать возможности ее для достижения личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов обучающихся:*

ПКР-1.1: Знает основы и принципы формирования развивающей образовательной среды, а также способы ее использования для достижения образовательных результатов обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями.

ПКР-1.2: Владеет средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды.

ПКР-1.3: Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов, формируемых в преподаваемом предмете метапредметных и предметных компетенций.

<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные физиологические механизмы регуляции функций организма занимающихся, поддерживающие гомеостаз и обеспечивающие адаптационные процессы во время учебно-тренировочного процесса;</li> <li>– основы спортивной тренировки; средства, методы, принципы спортивной тренировки; основные стороны спортивной тренировки (виды</li> </ul>	<p>Знает правила и способы планирования тренировочных занятий различной целевой направленности, теоретико-методические основы осуществления обучения, воспитания и развития обучающихся; методику планирования тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида спорта</p>	<p>Полнота и содержательность ответов во время устного опроса; демонстрация приобретенных знаний и их использование на учебных занятиях при освоении нового и закреплении пройденного материала; самостоятельность</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>
---	---	--	--

<p>спортивной подготовки);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы построения общей и специальной физической подготовки в детско-юношеском спорте;</li> <li>– сенситивные периоды изменения роста-весовых показателей и развития физических качеств обучающихся в детско-юношеских спортивных школах;</li> <li>– физиологическую основу проявления физических качеств и физических способностей в спортивной деятельности;</li> <li>– основы технико-тактической подготовки (на примере избранного вида спорта);</li> <li>– особенности воспитания моральных и волевых качеств у юных спортсменов, методику специальной психологической подготовки занимающихся в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ) на разных возрастных этапах;</li> <li>– организацию, планирование и прогнозирование результатов при подготовке юных спортсменов;</li> <li>– построение тренировки в микроциклах, мезоциклах и макроциклах;</li> <li>– технологию планирования тренировочного процесса, документы планирования;</li> <li>– методы контроля и учета в подготовке спортсмена;</li> <li>– способы ведения врачебно-педагогического контроля за занимающимися в учебных группах</li> </ul>		<p>при принятии ситуационных решений во время дискуссий; умение работать с учебной и дополнительной литературой</p>	
<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формулировать конкретные задачи спортивной тренировки с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– рационально подбирать средства и методы спортивной тренировки для решения поставленных задач;</li> </ul>	<p>Способен использовать средства и методы спортивной тренировки, позволяющие грамотному планированию учебно-тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида деятельности. Демонстрирует умения позволяющие</p>	<p>Самостоятельность на учебных занятиях; способность самостоятельно ставить педагогические цели и задачи, планировать занятия, направленные на освоение избранного</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>– выявлять причину возникновения ошибок в процессе обучения двигательными действиями, развития физических качеств, находить способы их устранения;</li> <li>– разрабатывать и использовать комплексы физических упражнений, направленные на повышение уровня общей и специальной физической подготовки у участников тренировочного процесса, с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– вести технико-тактическую подготовку (на примере избранного вида спорта);</li> <li>– использовать методические приемы, с целью воспитания моральных и волевых качеств у юных спортсменов, проведения специальной психологической подготовки с занимающимися в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ) на разных возрастных этапах;</li> <li>– организовать тренировочное занятие, планировать и прогнозировать результаты юных спортсменов;</li> <li>– осуществлять контроль и учет при подготовке спортсменов;</li> <li>– проводить врачебно-педагогический контроль в учебных группах</li> </ul>	<p>осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</p>	<p>вида спорта; активное участие при обсуждении вопросов во время дискуссий; четкие, аргументированные ответы на вопросы при устном опросе; умение работать с учебной и дополнительной литературой</p>	
<p><i>владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной</li> </ul>	<p>проявляет самостоятельность при постановке педагогической цели и задач, планировании тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида спорта; способен организовать индивидуальные тренировочные занятия спортивной направленности, дать оценку физической подготовленности,</p>	<p>своевременное выполнение учебных заданий, творческий подход; способность отстаивать свою точку зрения, используя профессиональную терминологию; способность работать в коллективе; самостоятельность при ответах на вопросы во время дискуссий; четкие,</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>

<p>образовательной среды – навыками составления календарного плана спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий; – методикой организации и проведения учебно-тренировочных занятий, соревнований по различным видам спорта в общеобразовательных школах; в оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях; в детско-юношеских спортивных школах</p>	<p>приобретенным двигательным умениям и навыкам обучающихся</p>	<p>аргументированные ответы на вопросы при устном опросе</p>	
---	---	--	--

### **1.2. Шкалы оценивания:**

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация осуществляется в рамках накопительной балльно-рейтинговой системы в 100-балльной шкале.

*Исеместр (экзамен):*

*84-100 баллов («отлично»);*

*67-83 баллов («хорошо»);*

*50-66 баллов («удовлетворительно»);*

*Количество рейтинг 50-100 баллов (аттестован)*

– студент знает основы и принципы формирования развивающей образовательной среды, а также способы ее использования для достижения образовательных результатов обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями;

– студент способен осуществлять контроль и дать оценку образовательным результатам, формируемым в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности с использованием метапредметных и предметных компетенций;

– студент владеет средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программ, требуемых образовательной организацией в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды;

– студент знает и понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования и спорта;

– студент способен применять в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования, спорта и нормы профессиональной этики, обеспечить конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности;

– студент знает и понимает структуру и логику разработки основных и дополнительных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта;

– студент способен использовать нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса при проведении тренировочно-соревновательной деятельности;

– студент принимает активное участие при осуществлении поиска, проведении анализа и при выборе источников (включая методическую литературу и электронные образовательные ресурсы) необходимых для планирования и разработки основных и дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности;

– студент владеет способами разработки дополнительных образовательных программ и их элементов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий).

*Количество рейтинг 0–49 баллов (не аттестован)*



– студент не знает основы и принципы формирования развивающей образовательной среды, а также способы ее использования для достижения образовательных результатов обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями;

– студент затрудняется осуществлять контроль и дать оценку образовательным результатам, формируемым в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности с использованием метапредметных и предметных компетенций;

– студент слабо владеет средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программ, требуемых образовательной организацией в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды;

– студент испытывает трудности и не понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования и спорта;

– студент затрудняется применять в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования, спорта и нормы профессиональной этики, теряется в вопросах обеспечения конфиденциальности сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности;

– студент не знает и не понимает структуру и логику разработки основных и дополнительных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта;

– студент не способен использовать нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса при проведении тренировочно-соревновательной деятельности;

– студент не принимает активное участие при осуществлении поиска, проведении анализа и при выборе источников (включая методическую литературу и электронные образовательные ресурсы) необходимых для планирования и разработки основных и дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности;

– студент не владеет способами разработки дополнительных образовательных программ и их элементов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий).

## **2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### *Текущий контроль*

#### **ВОПРОСЫ К УСТНОМУ ОПРОСУ**

##### *дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта»*

1. Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта.
2. Система подготовки спортсмена включает в себя четыре крупных блока, назовите и дайте характеристику каждому блоку.
3. Что является важнейшим компонентом в системе подготовки спортсмена и почему.
4. Перечислите социальные функции спорта. Назовите основные направления в развитии спортивного движения.
5. Основные стороны спортивной тренировки.
6. Основные наиболее важные компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки.
7. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте.
8. Цели и задачи спортивной тренировки на различных этапах спортивной подготовки.
9. Средства спортивной тренировки.
10. Методы спортивной тренировки.
11. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
12. Какими показателями определяются тренировочные нагрузки?
13. Типы интервалов отдыха.
14. Основы построения процесса спортивной подготовки.
15. Этап предварительной подготовки, его цели и задачи.
16. Этап начальной спортивной специализации, его цели и задачи.
17. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта, *его цели и задачи*.
18. Этап спортивного совершенствования, его цели и задачи.

19. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах).
20. Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах).
21. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах).
22. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
23. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
24. Оперативное планирование.
25. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена.
26. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
27. Контроль и самоконтроль за состоянием подготовленности спортсмена.
28. Контроль за факторами внешней среды.
29. Учет в процессе спортивной тренировки.
30. Дневник тренировки спортсмена.
31. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
32. Требования, предъявляемые к занимающимся спортом.
33. Комплекс контрольных испытаний (тестов), которые целесообразно применять в различных видах спорта на начальных этапах отбора.
34. Современные методы обучения и воспитания, которые применяются при реализации дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности.
35. Современные формы обучения и воспитания, которые применяются при реализации дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности.
36. Определение педагогической цели и задач при планировании учебно-тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида спорта.
37. Способы осуществления поиска источников, включающих научно-методическую литературу и электронные образовательные ресурсы, необходимые для планирования и разработки дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности.
38. Разработка дополнительных общеобразовательных программ с учетом особенностей образовательной программы.
39. Разработка дополнительных общеобразовательных программ с учетом образовательных запросов обучающихся.
40. Разработка дополнительных общеобразовательных программ с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.
41. Разработка дополнительных общеобразовательных программ для одаренных детей.
42. Разработка дополнительных общеобразовательных программ для детей с ОВЗ.
43. Разработка программы диагностики сформированности результатов образования обучающихся.
44. Разработка программы мониторинга сформированности результатов образования обучающихся.
45. Структура и логика разработки основных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта.
46. Структура и логика разработки дополнительных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта.
47. Определение степени готовности для участия в разработке основной образовательной программы и отдельных её компонентов.
48. Способы разработки дополнительных образовательных программ и их элементов.

***Критерии оценивания:***

Устный опрос, представляет собой контрольное задание, состоящие из трех вопросов. Каждый вопрос оценивается максимально – 25 баллов. Промежуточная аттестация осуществляется на основании устного ответа на теоретические вопросы и предполагает также проверку приобретенных умений и навыков при ответах на практические вопросы при выполнении письменных контрольных заданий.

<i>Баллы</i>	<i>Критерии оценки</i>
25 баллов	Ответ на вопрос верный, продемонстрировано наличие достаточно полных знаний, грамотно и логически последовательно изложен материал при ответе
20 баллов	Ответ на вопрос верный, но с отдельными погрешностями, уверенно исправленными после дополнительных вопросов
15 баллов	Ответ на вопрос частично верен. На дополнительные и наводящие вопросы студент полностью ответил

10 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на некоторые дополнительные вопросы
5 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на дополнительные и наводящие вопросы
0 баллов	Ответ на вопрос не верный, на дополнительные и наводящие вопросы ответ не последовал

## КОНТРОЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

### *дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта»*

1. Спортивная тренировка – это:
  - 1) повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
  - 2) планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;
  - 3) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
  - 4) упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.
  
2. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в видах спорта, характеризующихся активной двигательной деятельностью, являются:
  - 1) восстановительные средства (парная баня, массаж, гидропроцедуры);
  - 2) продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;
  - 3) физические упражнения;
  - 4) мобилизующие, корригирующие (поправляющие), релаксирующие средства.
  
3. В спортивной тренировке под термином метод следует понимать:
  - 1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса;
  - 2) способ применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
  - 3) исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса;
  - 4) конкретные указания тренеру о том, как нужно поступить в типичной педагогической ситуации.
  
4. Принципы спортивной тренировки представляют собой:
  - 1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;
  - 2) способы применения основных средств тренировки и совокупность приёмов и правил деятельности спортсмена и тренера;
  - 3) внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
  - 4) путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.
  
5. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется:
  - 1) физическим совершенством;
  - 2) спортивной тренировкой;
  - 3) физической подготовкой;

4) нагрузкой.

6. Средствами технической подготовки спортсмена являются:

- 1) общеподготовительные упражнения;
- 2) специально подготовительные упражнения;
- 3) соревновательные упражнения;
- 4) общеподготовительные, специально подготовительные и соревновательные упражнения.

7. Целью спортивной тренировки является \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. Перечислите основные задачи, которые решаются в процессе спортивной тренировки:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_

9. Перечислите основные стороны (разделы) спортивной тренировки и укажите их задачи:

№ п/п	Основные стороны (разделы) спортивной тренировки	Основные задачи
1.		
2.		
3.		
4.		

10. Заполните пропуски, запишите определения следующих понятий:

- 1) спортивная тренировка – это \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 2) тренированность – это \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 3) спортивная подготовка – это \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 4) подготовленность – это \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 5) спортивная форма – это \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

11. Приведите примеры конкретных физических упражнений применительно к особенностям спортивной дисциплины, избранной вами в качестве предмета спортивного совершенствования, и запишите в таблицу:

№ п/п	Основные средства спортивной тренировки	Конкретные физические упражнения
1.	Избранные соревновательные упражнения	1. _____ 2. _____ 3. _____
2.	Специально подготовительные упражнения	Подводящие 1. _____ 2. _____ 3. _____

		<i>Развивающие</i>
		1. _____ 2. _____ 3. _____
3.	<i>Общеподготовительные упражнения</i>	1. _____ 2. _____ 3. _____

12. Заполните таблицу «Общепедагогические методы в спортивной тренировке»

<i>Словесные методы</i>	<i>Наглядные методы</i>

13. Перечислите методы, применяющие в процессе спортивной тренировки при освоении спортивной техники, и методы, применяемые при воспитании физических качеств, и запишите их в таблицу:

<i>Методы, направленные на освоение спортивной техники</i>	<i>Методы, направленные на воспитание физических качеств</i>

14. При использовании в спортивной тренировке соревновательного метода различные соревнования могут проводиться в усложненных или облегченных условиях, по сравнению с официальными. Приведите по четыре примера усложнения и облегчения условий соревнований и запишите их в таблицу:

Примеры усложнения условий соревнований	Примеры облегчения условий соревнований
1) _____ 2) _____ 3) _____ 4) _____	1) _____ 2) _____ 3) _____ 4) _____

15. Впишите в таблицу принципы спортивной тренировки и дайте им краткую характеристику:

№ п/п	Принципы спортивной тренировки	Краткая характеристика принципов спортивной тренировки
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

16. Заполните пропуски, запишите определения следующих понятий, характеризующих основные стороны спортивной тренировки:

- 1) спортивно-техническая подготовка – это \_\_\_\_\_
- 2) спортивно-тактическая подготовка – это \_\_\_\_\_
- 3) физическая подготовка – это \_\_\_\_\_
- 4) психическая подготовка – это \_\_\_\_\_

17. Все нагрузки по величине воздействия на организм спортсмена делятся на три типа. Запишите в таблицу их названия и дайте характеристику:

Тип (направленность) нагрузки	Характеристики нагрузки

18. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют пять зон интенсивности, имеющих определенные физиологические границы и педагогические критерии. Запишите в таблицу название каждой зоны интенсивности и дайте ей характеристику:

Название зон интенсивности	Характеристика отдельных зон интенсивности

19. Заполните таблицу «Типы интервалов отдыха в рамках одного тренировочного занятия и их характеристика»:

Тип интервала отдыха	Характеристика типа интервала отдыха

20. Впишите в таблицу основные методы воспитания физических качеств. Дайте им краткую характеристику. Подчеркните те методы, которые вы используете наиболее часто в избранном вами виде спорта:

№ п/п	Физические качества	Методы воспитания физических качеств	Краткая характеристика методов
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

21. Составьте методику воспитания быстроты движений (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решения данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать длительность выполнения каждого упражнения, дозировку (количество повторений упражнения), время отдыха между упражнениями, методы развития быстроты движений:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Длительность выполнения упражнения	Дозировка	Время отдыха	Методы развития быстроты движений
1.					
2.					
3.					
4.					

5.					
----	--	--	--	--	--

22. Составьте методику воспитания скоростно-силовых способностей (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать вес отягощения (% от максимума) каждого упражнения, дозировку, время отдыха между упражнениями, методы развития скоростно-силовых способностей:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Вес отягощения (% от максимума)	Дозировка	Время отдыха	Методы развития скоростно-силовых способностей
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

23. Составьте методику воспитания собственно – силовых способностей (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать вес отягощения (% от максимума) каждого упражнения, дозировку, время отдыха между упражнениями, методы воспитания скоростно-силовых способностей:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Вес отягощения (% от максимума)	Дозировка	Время отдыха	Методы развития силы
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

24. Составьте методику развития гибкости (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать дозировку (количество повторений упражнения), время отдыха между упражнениями, методы развития гибкости:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Дозировка (количество повторений)	Время отдыха	Методы развития гибкости
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

25. Составьте методику развития координационных способностей (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать дозировку (количество повторений упражнения), время отдыха между упражнениями, методы развития координационных способностей:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Дозировка (количество повторений)	Время отдыха	Методы развития координационных способностей
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

***Критерии оценивания:***

Для тестирования уровня компетентности студенту предлагается контрольное задание, которое включает в себя 25 вопросов.

***Критерии оценки результатов выполнения контрольного задания:***

Рейтинговые баллы (суммарно, один правильный ответ – 1 балл)	25–15 (параметры выполнения тестовых заданий по балльно-рейтинговой шкале)	менее 15
Итоговый уровень	Соответствие требуемому уровню освоения компетенций	Не соответствие требуемому уровню освоения компетенций

***Промежуточная аттестация***

***Вопросы экзаменационных билетов дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта»***

**Билет № 1**

1. Система подготовки спортсмена включает в себя четыре крупных блока. Перечислить их и дать характеристику каждому блоку.
2. Средства спортивной тренировки.
3. Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Внешние признаки мезоцикла. Привести пример, вид спорта по выбору студента.
4. Методика оценивания спортивным педагогом состояния физической подготовленности спортсмена (привести 3–4 примера).

**Билет № 2**

1. Все виды спорта, получившие широкое распространение в мире, можно классифицировать по особенностям предмета состязаний и характеру двигательной активности на шесть групп. Перечислить эти группы.
2. Методы спортивной тренировки.
3. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить план годового цикла подготовки спортсмена на основе того, что планируется в учебном году два основных соревнования. Привести пример, вид спорта по выбору студента.
4. Методика проведения спортивным педагогом контрольных упражнений-тестов для определения уровня развития силовых способностей.

**Билет № 3**



1. Планирование учебно-тренировочного процесса. При планировании макроцикла на что следует тренеру обращать особое внимание.
2. Методы строго регламентированного упражнения.
3. Физическая подготовка, ее цели и задачи.
4. Методика применения восстановительных средств на переходном этапе спортивной подготовки.

#### **Билет № 4**

1. Формы психологического воздействия тренера на спортсменов.
2. Тактическая подготовка, ее цели и задачи.
3. Подготовительный период макроцикла. Привести пример, изобразив графически, вид спорта по выбору студента.
4. Типы мезоциклов. Привести пример любого из них, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 5**

1. Способы разработки дополнительных образовательных программ и их элементов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий).
2. Основные направления в развитии спортивного движения.
3. Психологическая подготовка, ее цели и задачи.
4. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить план годового цикла подготовки спортсмена на основе того, что планируется в учебном году три основных соревнования. Привести пример, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 6**

1. Техническая подготовка, ее цели и задачи.
2. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
3. Переходный период макроцикла. Привести пример, изобразив графически, вид спорта по выбору студента.
4. Общий анализ учебно-тренировочного занятия (подготовительная, основная, заключительная части тренировочного занятия (на примере избранного вида спорта)

#### **Билет № 7**

1. Современные методы диагностики на начальном и тренировочном этапах спортивной подготовки. В чем отличия?
3. Интегральная (игровая) подготовка, ее цели и задачи.
3. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют пять зон, назовите их.
4. Соревновательный период макроцикла. Привести пример, изобразив графически, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 8**

1. Основы обеспечения охраны жизни и здоровья со стороны педагога к участникам учебно-тренировочного процесса.
2. Дать определение понятию «физкультурно-кондиционный спорт», его цели и задачи.
3. Расшифруйте понятие «цикличность тренировочного процесса».
4. Теоретическая подготовка, ее цели и задачи.

#### **Билет № 9**

1. Дать определение понятию «оздоровительно-рекреативный спорт», его цели и задачи?
2. Принципы спортивной тренировки.
3. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить план годового цикла подготовки спортсмена на основе того, что планируется в учебном году одно основное соревнование. Привести пример, вид спорта по выбору студента.
4. Планирование и организация спортивных соревнований.

#### **Билет № 10**

1. Дать определение понятию «спорт высших достижений», его цели и задачи? Какие направления в спорте высших достижений существуют?

2. Этап начальной спортивной специализации. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена. «Сенситивный период» – дать определение.
3. Виды планирования. Перечислить документы планирования.
4. Роль педагогического диагностирования в работе спортивного педагога, с какой целью оно осуществляется, какие задачи преследует?

#### **Билет № 11**

1. Современные методы и технологии обучения двигательным действиям спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
2. Расшифруйте понятие «педагогическое проектирование», роль этой деятельности в работе спортивного педагога, с какой целью осуществляется и какие задачи преследует?
3. Методика разработки программ диагностики и мониторинга сформированности результатов образовательной деятельности обучающихся.
4. Особенности работы тренера по программам с разной целевой направленностью.

#### **Билет № 12**

1. Спортсменов-профессионалов можно разделить на три группы. Назовите эти группы.
2. Основные разделы рабочей программы по спорту. Назовите виды рабочих программ по виду спорта, в чем их различия.
3. Составить схематично план-конспект учебно-тренировочного занятия. Вид спорта по выбору студента.
4. Факторы, обуславливающие эффективность общения тренера со спортсменами.

#### **Билет № 13**

1. Перечислить наиболее важные компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки.
2. Микроцикл. Назовите внешние признаки микроцикла. Какие бывают типы микроциклов.
3. Методика разработки программы диагностики сформированности результатов образовательной деятельности обучающихся.
4. Методы развития творческих способностей у юных спортсменов на этапе ранней спортивной специализации.

#### **Билет № 14**

1. Методы регуляции психического состояния. Психомышечная тренировка (ПМТ) по А. В. Алексееву.
2. Система отбора и спортивной ориентации. Главные требования, предъявляемые к системе отбора.
3. Какими показателями определяются тренировочные нагрузки?
4. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить на основе сдвоенного цикла, тренировки в годичном цикле подготовки спортсмена. Привести пример, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 15**

1. Система спортивной тренировки. Главные требования, предъявляемые к системе спортивной тренировки.
2. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена.
3. Виды планирования учебно-тренировочного процесса.
4. Методика разработки программ мониторинга сформированности результатов образовательной деятельности обучающихся.

#### **Билет № 16**

1. Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнований и системы тренировки. Главные требования, предъявляемые к системе факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнований и системы тренировки.
2. Этап предварительной подготовки. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена.
3. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить на основе сдвоенного цикла, тренировки в годичном цикле подготовки спортсмена. Привести пример, вид спорта по выбору студента.

4. Методика разработки содержания «Дневники тренировки спортсмена», его цель и задачи.

#### **Билет № 17**

1. Многолетний процесс спортивной подготовки от новичка до высот мастерства может быть представлен в виде последовательно чередующихся больших стадий, включающих отдельные этапы многолетней подготовки, связанные с возрастными и квалификационными показателями спортсмена. Назовите их.
2. Современные образовательные технологии (перечислить, дать характеристику).
3. Способы проведения соревнований.
4. Основные формы осуществления спортивной подготовки.

#### **Билет № 18**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта – цель, задачи и содержание этого документа.
2. Методы, способствующие организации учебно-тренировочного процесса.
3. Тренировочный этап спортивной подготовки. Цели и задачи этого этапа при подготовке спортсменов.
4. Разработка дополнительных образовательных программ и их элементов.

#### **Билет № 19**

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. При планировании длительности отдыха между повторениями упражнения или разными упражнениями в рамках одного занятия следует различать три типа интервалов. Назовите их, охарактеризуйте каждый.
3. Средства спортивной тренировки, их цели и задачи.
4. Виды планирования спортивной подготовки. Привести по одному-два примера, охарактеризовать каждый.

#### **Билет № 20**

1. Методы, способствующие воспитанию физических качеств у спортсменов.
2. Этап спортивного совершенствования. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена.
3. Основы построения спортивной тренировки. Её цели и задачи. Привести пример.
4. Структура разработки образовательной программы по виду спорта. В соответствии с какими нормативно-правовыми актами в сфере образования и спорта она осуществляется.

#### ***Критерии оценивания:***

Устный опрос. Экзаменационный билет, состоящий из четырех вопросов. Каждый вопрос оценивается максимально – 25 баллов. Промежуточная аттестация осуществляется на основании устного ответа на теоретические вопросы и предполагает также проверку приобретенных умений и навыков при ответах на вопросы билета, выполняя контрольные задания.

<i>Баллы</i>	<i>Критерии оценки</i>
25 баллов	Ответ на вопрос верный, продемонстрировано наличие достаточно полных знаний, грамотно и логически последовательно изложен материал при ответе
20 баллов	Ответ на вопрос верный, но с отдельными погрешностями, уверенно исправленными после дополнительных вопросов
15 баллов	Ответ на вопрос частично верен. На дополнительные и наводящие вопросы студент полностью ответил
10 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на некоторые дополнительные вопросы
5 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на дополнительные и наводящие вопросы
0 баллов	Ответ на вопрос не верный, на дополнительные и наводящие вопросы ответ не последовал

- оценка «*отлично*» (84–100 баллов) выставляется студенту, если на все вопросы были даны правильные ответы, студент смог ответить на дополнительные вопросы по теме;
- оценка «*хорошо*» (67– 83 баллов) выставляется студенту, если на все вопросы были даны правильные, но не полные ответы, студент не полностью смог ответить на дополнительные вопросы по теме;
- оценка «*удовлетворительно*» (50–66 баллов) выставляется студенту, если он слабо владеет материалом, допускает ошибки в изложении теоретических вопросов, но смог ответить на дополнительные наводящие вопросы по теме;
- оценка «*неудовлетворительно*» (0–49 баллов) выставляется студенту, если он не владеет материалом, допускает грубые ошибки в изложении теоретических вопросов и не смог ответить на дополнительные наводящие вопросы по теме.

### 3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедуры оценивания включают в себя текущий контроль и промежуточную аттестацию.

*Текущий контроль* успеваемости проводится с использованием оценочных средств, представленных в п. 2 данного приложения. Результаты текущего контроля доводятся до сведения студентов до промежуточной аттестации.

*Промежуточная аттестация* проводится в *форме экзамена* (1 курс, зимняя сессия). Проверка итогов, суммирование баллов проводятся в надлежащий период, предшествующий подведению итогов, и доводятся до сведения студентов.

Объявление итоговых результатов производится на последнем учебном занятии по данной дисциплине.

Результаты аттестации заносятся в зачетную ведомость и зачетную книжку студента. Студенты, не прошедшие промежуточную аттестацию по графику сессии, должны ликвидировать задолженность в установленном порядке.

Приложение 1

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

#### 1.1. Показатели и критерии оценивания компетенций:

ЗУН, составляющие компетенцию	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Средства оценивания
код и наименование компетенции			
<p><i>ОПК-1: Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики:</i></p> <p>ОПК-1.1: Знает и понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования, норм профессиональной этики.</p> <p>ОПК-1.2: Применяет в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-1.3: Использует нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса и при проведении досуговых мероприятий.</p>			
<p><i>Знать:</i> – общую характеристику спорта: основные понятия, относящиеся к спорту;</p>	<p>Проявляет активность, достаточный уровень коммуникации во время освоения и закреплении</p>	<p>Ведет подготовку к учебным занятиям используя учебную и дополнительную</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>

<p>классификацию видов спорта;  – социальные функции спорта;  – организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта;  – систему отбора и спортивной ориентации;  – технологию управления спортивной подготовкой</p>	<p>пройденного учебного материала; знает и способен найти точный, аргументированный ответ на поставленные вопросы</p>	<p>литературу; демонстрирует приобретенные знания и использует их на учебных занятиях при освоении нового и закреплении пройденного материала; способен дать оценку выполненным учебным заданиям; самостоятельно принимает ситуационные решения во время дискуссии, ответах на дополнительные вопросы при устном опросе</p>	
<p><i>Уметь:</i>  – использовать основные понятия, относящиеся к спорту в образовательной деятельности;  – использовать при подготовке к учебным занятиям программно-нормативные документы предназначенные для ДЮСШ;  – осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики;  – организовать тренировочное занятие, планировать и прогнозировать результаты юных спортсменов;  – построить тренировочный процесс в микроциклах, мезоциклах и макроциклах;  – использовать технологию планирования тренировочного процесса, документы планирования;  – осуществлять контроль и учет при подготовке спортсменов;  – управлять спортивной подготовкой</p>	<p>Способен работать в коллективе, имеет достаточный уровень коммуникации.  При освоении нового и закреплении пройденного материала проявляет активность; способен найти точный, аргументированный ответ на поставленные вопросы</p>	<p>Грамотное выполнение индивидуальных заданий; самостоятельность при ответах на вопросы во время дискуссий; четкие, аргументированные ответы на вопросы при устном опросе; умение работать с учебной и дополнительной литературой</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>
<p><i>Владеть:</i>  – способностью</p>	<p>Демонстрирует владение навыками при</p>	<p>Своевременное выполнение</p>	<p>О – опрос, КЗ –</p>

<p>ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и др.);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– программно-нормативными документами, предназначенными для ведения тренерской деятельности в ДЮСШ;</li> <li>– способностью осуществлять взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;</li> <li>– навыками составления календарного плана спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;</li> <li>– методикой организации и проведения учебно-тренировочных занятий, соревнований по различным видам спорта в общеобразовательных школах;</li> </ul> <p>В оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях; в детско-юношеских спортивных школах.</p>	<p>выполнении индивидуальных заданий, контрольных тестов; способен оценить современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания, позволяющие рационально подходить к разработке дополнительных общеобразовательных программ</p>	<p>учебных заданий, творческий подход; способность отстаивать свою точку зрения, используя профессиональную терминологию; способность работать в коллективе; самостоятельность при ответах на вопросы во время дискуссий; четкие, аргументированные ответы на вопросы при устном опросе</p>	<p>контрольное задание</p>
--	--	---	----------------------------

*ПКР-1: Способен формировать развивающую образовательную среду и использовать возможности ее для достижения личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов обучающихся:*

ПКР-1.1: Знает основы и принципы формирования развивающей образовательной среды, а так же способы ее использования для достижения образовательных результатов обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями.

ПКР-1.2: Владеет средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды.

ПКР-1.3: Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов, формируемых в преподаваемом предмете метапредметных и предметных компетенций.

<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные физиологические механизмы регуляции функций организма занимающихся, поддерживающие гомеостаз и обеспечивающие адаптационные процессы во время учебно-тренировочного процесса;</li> <li>– основы спортивной тренировки; средства, методы, принципы спортивной тренировки; основные стороны спортивной тренировки (виды спортивной подготовки);</li> <li>– основы построения общей и</li> </ul>	<p>Знает правила и способы планирования тренировочных занятий различной целевой направленности, теоретико-методические основы осуществления обучения, воспитания и развития обучающихся; методику планирования тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида спорта</p>	<p>Полнота и содержательность ответов во время устного опроса; демонстрация приобретенных знаний и их использование на учебных занятиях при освоении нового и закреплении пройденного материала; самостоятельность при принятии ситуационных</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>
--	---	--	--

<p>специальной физической подготовки в детско-юношеском спорте;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– сенситивные периоды изменения росто-весовых показателей и развития физических качеств обучающихся в детско-юношеских спортивных школах;</li> <li>– физиологическую основу проявления физических качеств и физических способностей в спортивной деятельности;</li> <li>– основы технико-тактической подготовки (на примере избранного вида спорта);</li> <li>– особенности воспитания моральных и волевых качеств у юных спортсменов, методику специальной психологической подготовки занимающихся в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ) на разных возрастных этапах;</li> <li>– организацию, планирование и прогнозирование результатов при подготовке юных спортсменов;</li> <li>– построение тренировки в микроциклах, мезоциклах и макроциклах;</li> <li>– технологию планирования тренировочного процесса, документы планирования;</li> <li>– методы контроля и учета в подготовке спортсмена;</li> <li>– способы ведения врачебно-педагогического контроля за занимающимися в учебных группах</li> </ul>		<p>решений во время дискуссий; умение работать с учебной и дополнительной литературой</p>	
<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формулировать конкретные задачи спортивной тренировки с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– рационально подбирать средства и методы спортивной тренировки для решения поставленных задач;</li> <li>– выявлять причину возникновения ошибок в</li> </ul>	<p>Способен использовать средства и методы спортивной тренировки, позволяющие грамотному планированию учебно-тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида деятельности. Демонстрирует умения позволяющие осуществлять обучение, воспитание и развитие с</p>	<p>Самостоятельность на учебных занятиях; способность самостоятельно ставить педагогические цели и задачи, планировать занятия, направленные на освоение избранного вида спорта; активное участие</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>

<p>процессе обучения двигательными действиями, развития физических качеств, находить способы их устранения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и использовать комплексы физических упражнений, направленные на повышение уровня общей и специальной физической подготовки у участников тренировочного процесса, с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– вести технико-тактическую подготовку (на примере избранного вида спорта);</li> <li>– использовать методические приемы, с целью воспитания моральных и волевых качеств у юных спортсменов, проведения специальной психологической подготовки с занимающимися в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ) на разных возрастных этапах;</li> <li>– организовать тренировочное занятие, планировать и прогнозировать результаты юных спортсменов;</li> <li>– осуществлять контроль и учет при подготовке спортсменов;</li> <li>– проводить врачебно-педагогический контроль в учебных группах</li> </ul>	<p>учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</p>	<p>при обсуждении вопросов во время дискуссий; четкие, аргументированные ответы на вопросы при устном опросе; умение работать с учебной и дополнительной литературой</p>	
<p><i>владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития, физической подготовленности, квалификации занимающихся;</li> <li>– средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды</li> <li>– навыками составления</li> </ul>	<p>проявляет самостоятельность при постановке педагогической цели и задач, планировании тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида спорта; способен организовать индивидуальные тренировочные занятия спортивной направленности, дать оценку физической подготовленности, приобретенным двигательным умениям</p>	<p>своевременное выполнение учебных заданий, творческий подход; способность отстаивать свою точку зрения, используя профессиональную терминологию; способность работать в коллективе; самостоятельность при ответах на вопросы во время дискуссий; четкие, аргументированные ответы на вопросы</p>	<p>О – опрос, КЗ – контрольное задание</p>



<p>календарного плана спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий; – методикой организации и проведения учебно-тренировочных занятий, соревнований по различным видам спорта в общеобразовательных школах; в оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях; в детско-юношеских спортивных школах</p>	<p>и навыкам обучающихся</p>	<p>при устном опросе</p>	
--	------------------------------	--------------------------	--

### **1.2. Шкалы оценивания:**

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация осуществляется в рамках накопительной балльно-рейтинговой системы в 100-балльной шкале.

*1 семестр (экзамен):*

84-100 баллов («отлично»);

67-83 баллов («хорошо»);

50-66 баллов («удовлетворительно»);

*Количество рейтинг 50-100 баллов (аттестован)*

– студент знает основы и принципы формирования развивающей образовательной среды, а также способы ее использования для достижения образовательных результатов обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями;

– студент способен осуществлять контроль и дать оценку образовательным результатам, формируемым в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности с использованием метапредметных и предметных компетенций;

– студент владеет средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программ, требуемых образовательной организацией в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды;

– студент знает и понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования и спорта;

– студент способен применять в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования, спорта и нормы профессиональной этики, обеспечить конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности;

– студент знает и понимает структуру и логику разработки основных и дополнительных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта;

– студент способен использовать нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса при проведении тренировочно-соревновательной деятельности;

– студент принимает активное участие при осуществлении поиска, проведении анализа и при выборе источников (включая методическую литературу и электронные образовательные ресурсы) необходимых для планирования и разработки основных и дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности;

– студент владеет способами разработки дополнительных образовательных программ и их элементов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий).

*Количество рейтинг 0–49 баллов (не аттестован)*

– студент не знает основы и принципы формирования развивающей образовательной среды, а также способы ее использования для достижения образовательных результатов обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями;

– студент затрудняется осуществлять контроль и дать оценку образовательным результатам, формируемым в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности с использованием метапредметных и предметных компетенций;

– студент слабо владеет средствами и методами профессиональной деятельности, навыками разработки программ, требуемых образовательной организацией в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды;

– студент испытывает трудности и не понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования и спорта;

– студент затрудняется применять в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования, спорта и нормы профессиональной этики, теряется в вопросах обеспечения конфиденциальности сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности;

– студент не знает и не понимает структуру и логику разработки основных и дополнительных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта;

– студент не способен использовать нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса при проведении тренировочно-соревновательной деятельности;

– студент не принимает активное участие при осуществлении поиска, проведении анализа и при выборе источников (включая методическую литературу и электронные образовательные ресурсы) необходимых для планирования и разработки основных и дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности;

– студент не владеет способами разработки дополнительных образовательных программ и их элементов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий).

## **2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### *Текущий контроль*

#### **ВОПРОСЫ К УСТНОМУ ОПРОСУ**

##### *дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта»*

49. Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта.
50. Система подготовки спортсмена включает в себя четыре крупных блока, назовите и дайте характеристику каждому блоку.
51. Что является важнейшим компонентом в системе подготовки спортсмена и почему.
52. Перечислите социальные функции спорта. Назовите основные направления в развитии спортивного движения.
53. Основные стороны спортивной тренировки.
54. Основные наиболее важные компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки.
55. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте.
56. Цели и задачи спортивной тренировки на различных этапах спортивной подготовки.
57. Средства спортивной тренировки.
58. Методы спортивной тренировки.
59. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
60. Какими показателями определяются тренировочные нагрузки?
61. Типы интервалов отдыха.
62. Основы построения процесса спортивной подготовки.
63. Этап предварительной подготовки, его цели и задачи.
64. Этап начальной спортивной специализации, его цели и задачи.
65. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта, **его цели и задачи.**
66. Этап спортивного совершенствования, его цели и задачи.
67. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах).
68. Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах).
69. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах).

70. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
71. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
72. Оперативное планирование.
73. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена.
74. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
75. Контроль и самоконтроль за состоянием подготовленности спортсмена.
76. Контроль за факторами внешней среды.
77. Учет в процессе спортивной тренировки.
78. Дневник тренировки спортсмена.
79. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
80. Требования, предъявляемые к занимающимся спортом.
81. Комплекс контрольных испытаний (тестов), которые целесообразно применять в различных видах спорта на начальных этапах отбора.
82. Современные методы обучения и воспитания, которые применяются при реализации дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности.
83. Современные формы обучения и воспитания, которые применяются при реализации дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности.
84. Определение педагогической цели и задач при планировании учебно-тренировочных занятий, направленных на освоение избранного вида спорта.
85. Способы осуществления поиска источников, включающих научно-методическую литературу и электронные образовательные ресурсы, необходимые для планирования и разработки дополнительных общеобразовательных программ спортивной направленности.
86. Разработка дополнительных общеобразовательных программ с учетом особенностей образовательной программы.
87. Разработка дополнительных общеобразовательных программ с учетом образовательных запросов обучающихся.
88. Разработка дополнительных общеобразовательных программ с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.
89. Разработка дополнительных общеобразовательных программ для одаренных детей.
90. Разработка дополнительных общеобразовательных программ для детей с ОВЗ.
91. Разработка программы диагностики сформированности результатов образования обучающихся.
92. Разработка программы мониторинга сформированности результатов образования обучающихся.
93. Структура и логика разработки основных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта.
94. Структура и логика разработки дополнительных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и спорта.
95. Определение степени готовности для участия в разработке основной образовательной программы и отдельных её компонентов.
96. Способы разработки дополнительных образовательных программ и их элементов.

***Критерии оценивания:***

Устный опрос, представляет собой контрольное задание, состоящие из трех вопросов. Каждый вопрос оценивается максимально – 25 баллов. Промежуточная аттестация осуществляется на основании устного ответа на теоретические вопросы и предполагает также проверку приобретенных умений и навыков при ответах на практические вопросы при выполнении письменных контрольных заданий.

<i>Баллы</i>	<i>Критерии оценки</i>
25 баллов	Ответ на вопрос верный, продемонстрировано наличие достаточно полных знаний, грамотно и логически последовательно изложен материал при ответе
20 баллов	Ответ на вопрос верный, но с отдельными погрешностями, уверенно исправленными после дополнительных вопросов
15 баллов	Ответ на вопрос частично верен. На дополнительные и наводящие вопросы студент полностью ответил
10 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на некоторые дополнительные вопросы

5 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на дополнительные и наводящие вопросы
0 баллов	Ответ на вопрос не верный, на дополнительные и наводящие вопросы ответ не последовал

## КОНТРОЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

### *дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта»*

26. Спортивная тренировка – это:

- 1) повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
- 2) планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;
- 3) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- 4) упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.

27. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в видах спорта, характеризующихся активной двигательной деятельностью, являются:

- 1) восстановительные средства (парная баня, массаж, гидропроцедуры);
- 2) продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;
- 3) физические упражнения;
- 4) мобилизующие, корригирующие (поправляющие), релаксирующие средства.

28. В спортивной тренировке под термином метод следует понимать:

- 1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса;
- 2) способ применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
- 3) исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса;
- 4) конкретные указания тренеру о том, как нужно поступить в типичной педагогической ситуации.

29. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

- 1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;
- 2) способы применения основных средств тренировки и совокупность приёмов и правил деятельности спортсмена и тренера;
- 3) внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
- 4) путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

30. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется:

- 1) физическим совершенством;
- 2) спортивной тренировкой;
- 3) физической подготовкой;
- 4) нагрузкой.

31. Средствами технической подготовки спортсмена являются:

- 1) общеподготовительные упражнения;
- 2) специально подготовительные упражнения;
- 3) соревновательные упражнения;
- 4) общеподготовительные, специально подготовительные и соревновательные упражнения.

32. Целью спортивной тренировки является \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

33. Перечислите основные задачи, которые решаются в процессе спортивной тренировки:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_

34. Перечислите основные стороны (разделы) спортивной тренировки и укажите их задачи:

<i>№ п/п</i>	<i>Основные стороны (разделы) спортивной тренировки</i>	<i>Основные задачи</i>
1.		
2.		
3.		
4.		

35. Заполните пропуски, запишите определения следующих понятий:

- 1) спортивная тренировка – это \_\_\_\_\_
- 2) тренированность – это \_\_\_\_\_
- 3) спортивная подготовка – это \_\_\_\_\_
- 4) подготовленность – это \_\_\_\_\_
- 5) спортивная форма – это \_\_\_\_\_

36. Приведите примеры конкретных физических упражнений применительно к особенностям спортивной дисциплины, избранной вами в качестве предмета спортивного совершенствования, и запишите в таблицу:

<i>№ п/п</i>	<i>Основные средства спортивной тренировки</i>	<i>Конкретные физические упражнения</i>
1.	<i>Избранные соревновательные упражнения</i>	1. _____ 2. _____ 3. _____
2.	<i>Специально подготовительные упражнения</i>	<i>Подводящие</i> 1. _____ 2. _____ 3. _____  <i>Развивающие</i> 1. _____ 2. _____

		3. _____
3.	<i>Общеподготовительные упражнения</i>	1. _____ 2. _____ 3. _____

37. Заполните таблицу «Общепедагогические методы в спортивной тренировке»

<i>Словесные методы</i>	<i>Наглядные методы</i>

38. Перечислите методы, применяющие в процессе спортивной тренировки при освоении спортивной техники, и методы, применяемые при воспитании физических качеств, и запишите их в таблицу:

<i>Методы, направленные на освоение спортивной техники</i>	<i>Методы, направленные на воспитание физических качеств</i>

39. При использовании в спортивной тренировке соревновательного метода различные соревнования могут проводиться в усложненных или облегченных условиях, по сравнению с официальными. Приведите по четыре примера усложнения и облегчения условий соревнований и запишите их в таблицу:

Примеры усложнения условий соревнований	Примеры облегчения условий соревнований
1) _____	1) _____
2) _____	2) _____
3) _____	3) _____
4) _____	4) _____

40. Впишите в таблицу принципы спортивной тренировки и дайте им краткую характеристику:

№ п/п	Принципы спортивной тренировки	Краткая характеристика принципов спортивной тренировки
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

41. Заполните пропуски, запишите определения следующих понятий, характеризующих основные стороны спортивной тренировки:

- 1) спортивно-техническая подготовка – это \_\_\_\_\_
- 2) спортивно-тактическая подготовка – это \_\_\_\_\_
- 3) физическая подготовка – это \_\_\_\_\_
- 4) психическая подготовка – это \_\_\_\_\_

42. Все нагрузки по величине воздействия на организм спортсмена делятся на три типа. Запишите в таблицу их названия и дайте характеристику:

Тип (направленность) нагрузки	Характеристики нагрузки

43. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют пять зон интенсивности, имеющих определенные физиологические границы и педагогические критерии. Запишите в таблицу название каждой зоны интенсивности и дайте ей характеристику:

Название зон интенсивности	Характеристика отдельных зон интенсивности

44. Заполните таблицу «Типы интервалов отдыха в рамках одного тренировочного занятия и их характеристика»:

Тип интервала отдыха	Характеристика типа интервала отдыха

45. Впишите в таблицу основные методы воспитания физических качеств. Дайте им краткую характеристику. Подчеркните те методы, которые вы используете наиболее часто в избранном вами виде спорта:

№ п/п	Физические качества	Методы воспитания физических качеств	Краткая характеристика методов
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

46. Составьте методику воспитания быстроты движений (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решения данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать длительность выполнения каждого упражнения, дозировку (количество повторений упражнения), время отдыха между упражнениями, методы развития быстроты движений:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Длительность выполнения упражнения	Дозировка	Время отдыха	Методы развития быстроты движений
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

47. Составьте методику воспитания скоростно-силовых способностей (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать вес отягощения (% от максимума) каждого упражнения, дозировку, время отдыха между упражнениями, методы развития скоростно-силовых способностей:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Вес отягощения (% от максимума)	Дозировка	Время отдыха	Методы развития скоростно-силовых способностей
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

48. Составьте методику воспитания собственно – силовых способностей (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать вес отягощения (% от максимума) каждого упражнения, дозировку, время отдыха между упражнениями, методы воспитания скоростно-силовых способностей:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Вес отягощения (% от максимума)	Дозировка	Время отдыха	Методы развития силы
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

49. Составьте методику развития гибкости (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной последовательности; 3) указать дозировку (количество повторений упражнения), время отдыха между упражнениями, методы развития гибкости:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Дозировка (количество повторений)	Время отдыха	Методы развития гибкости
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

50. Составьте методику развития координационных способностей (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

*Методика выполнения задания:* 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их в методически правильной



последовательности; 3) указать дозировку (количество повторений упражнения), время отдыха между упражнениями, методы развития координационных способностей:

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Дозировка (количество повторений)	Время отдыха	Методы развития координационных способностей
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

### **Критерии оценивания:**

Для тестирования уровня компетентности студенту предлагается контрольное задание, которое включает в себя 25 вопросов.

### **Критерии оценки результатов выполнения контрольного задания:**

Рейтинговые баллы (суммарно, один правильный ответ – 1 балл)	25–15 (параметры выполнения тестовых заданий по балльно-рейтинговой шкале)	менее 15
Итоговый уровень	Соответствие требуемому уровню освоения компетенций	Не соответствие требуемому уровню освоения компетенций

### **Промежуточная аттестация**

#### **Вопросы экзаменационных билетов дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта»**

#### **Билет № 1**

1. Система подготовки спортсмена включает в себя четыре крупных блока. Перечислить их и дать характеристику каждому блоку.
2. Средства спортивной тренировки.
3. Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Внешние признаки мезоцикла. Привести пример, вид спорта по выбору студента.
4. Методика оценивания спортивным педагогом состояния физической подготовленности спортсмена (привести 3–4 примера).

#### **Билет № 2**

1. Все виды спорта, получившие широкое распространение в мире, можно классифицировать по особенностям предмета состязаний и характеру двигательной активности на шесть групп. Перечислить эти группы.
2. Методы спортивной тренировки.
3. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить план годового цикла подготовки спортсмена на основе того, что планируется в учебном году два основных соревнования. Привести пример, вид спорта по выбору студента.
4. Методика проведения спортивным педагогом контрольных упражнений-тестов для определения уровня развития силовых способностей.

#### **Билет № 3**

1. Планирование учебно-тренировочного процесса. При планировании макроцикла на что следует тренеру обращать особое внимание.

2. Методы строго регламентированного упражнения.
3. Физическая подготовка, ее цели и задачи.
4. Методика применения восстановительных средств на переходном этапе спортивной подготовки.

#### **Билет № 4**

1. Формы психологического воздействия тренера на спортсменов.
2. Тактическая подготовка, ее цели и задачи.
3. Подготовительный период макроцикла. Привести пример, изобразив графически, вид спорта по выбору студента.
4. Типы мезоциклов. Привести пример любого из них, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 5**

1. Способы разработки дополнительных образовательных программ и их элементов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий).
2. Основные направления в развитии спортивного движения.
3. Психологическая подготовка, ее цели и задачи.
4. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить план годового цикла подготовки спортсмена на основе того, что планируется в учебном году три основных соревнования. Привести пример, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 6**

1. Техническая подготовка, ее цели и задачи.
2. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
3. Переходный период макроцикла. Привести пример, изобразив графически, вид спорта по выбору студента.
4. Общий анализ учебно-тренировочного занятия (подготовительная, основная, заключительная части тренировочного занятия (на примере избранного вида спорта)

#### **Билет № 7**

1. Современные методы диагностики на начальном и тренировочном этапах спортивной подготовки. В чем отличия?
3. Интегральная (игровая) подготовка, ее цели и задачи.
3. В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют пять зон, назовите их.
4. Соревновательный период макроцикла. Привести пример, изобразив графически, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 8**

1. Основы обеспечения охраны жизни и здоровья со стороны педагога к участникам учебно-тренировочного процесса.
2. Дать определение понятию «физкультурно-кондиционный спорт», его цели и задачи.
3. Расшифруйте понятие «цикличность тренировочного процесса».
4. Теоретическая подготовка, ее цели и задачи.

#### **Билет № 9**

1. Дать определение понятию «оздоровительно-рекреативный спорт», его цели и задачи?
2. Принципы спортивной тренировки.
3. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить план годового цикла подготовки спортсмена на основе того, что планируется в учебном году одно основное соревнование. Привести пример, вид спорта по выбору студента.
4. Планирование и организация спортивных соревнований.

#### **Билет № 10**

1. Дать определение понятию «спорт высших достижений», его цели и задачи? Какие направления в спорте высших достижений существуют?
2. Этап начальной спортивной специализации. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена. «Сенситивный период» – дать определение.

3. Виды планирования. Перечислить документы планирования.
4. Роль педагогического диагностирования в работе спортивного педагога, с какой целью оно осуществляется, какие задачи преследует?

#### **Билет № 11**

1. Современные методы и технологии обучения двигательным действиям спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
2. Расшифруйте понятие «педагогическое проектирование», роль этой деятельности в работе спортивного педагога, с какой целью осуществляется и какие задачи преследует?
3. Методика разработки программ диагностики и мониторинга сформированности результатов образовательной деятельности обучающихся.
4. Особенности работы тренера по программам с разной целевой направленностью.

#### **Билет № 12**

1. Спортсменов-профессионалов можно разделить на три группы. Назовите эти группы.
2. Основные разделы рабочей программы по спорту. Назовите виды рабочих программ по виду спорта, в чем их различия.
3. Составить схематично план-конспект учебно-тренировочного занятия. Вид спорта по выбору студента.
4. Факторы, обуславливающие эффективность общения тренера со спортсменами.

#### **Билет № 13**

1. Перечислить наиболее важные компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки.
2. Микроцикл. Назовите внешние признаки микроцикла. Какие бывают типы микроциклов.
3. Методика разработки программы диагностики сформированности результатов образовательной деятельности обучающихся.
4. Методы развития творческих способностей у юных спортсменов на этапе ранней спортивной специализации.

#### **Билет № 14**

1. Методы регуляции психического состояния. Психомышечная тренировка (ПМТ) по А. В. Алексееву.
2. Система отбора и спортивной ориентации. Главные требования, предъявляемые к системе отбора.
3. Какими показателями определяются тренировочные нагрузки?
4. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить на основе двоянного цикла, тренировки в годичном цикле подготовки спортсмена. Привести пример, вид спорта по выбору студента.

#### **Билет № 15**

1. Система спортивной тренировки. Главные требования, предъявляемые к системе спортивной тренировки.
2. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена.
3. Виды планирования учебно-тренировочного процесса.
4. Методика разработки программ мониторинга сформированности результатов образовательной деятельности обучающихся.

#### **Билет № 16**

1. Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнований и системы тренировки. Главные требования, предъявляемые к системе факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнований и системы тренировки.
2. Этап предварительной подготовки. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена.
3. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Графически построить на основе строения цикла, тренировки в годичном цикле подготовки спортсмена. Привести пример, вид спорта по выбору студента.
4. Методика разработки содержания «Дневники тренировки спортсмена», его цель и задачи.

### Билет № 17

1. Многолетний процесс спортивной подготовки от новичка до высот мастерства может быть представлен в виде последовательно чередующихся больших стадий, включающих отдельные этапы многолетней подготовки, связанные с возрастными и квалификационными показателями спортсмена. Назовите их.
2. Современные образовательные технологии (перечислить, дать характеристику).
3. Способы проведения соревнований.
4. Основные формы осуществления спортивной подготовки.

### Билет № 18

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта – цель, задачи и содержание этого документа.
2. Методы, способствующие организации учебно-тренировочного процесса.
3. Тренировочный этап спортивной подготовки. Цели и задачи этого этапа при подготовке спортсменов.
4. Разработка дополнительных образовательных программ и их элементов.

### Билет № 19

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. При планировании длительности отдыха между повторениями упражнения или разными упражнениями в рамках одного занятия следует различать три типа интервалов. Назовите их, охарактеризуйте каждый.
3. Средства спортивной тренировки, их цели и задачи.
4. Виды планирования спортивной подготовки. Привести по одному-два примера, охарактеризовать каждый.

### Билет № 20

1. Методы, способствующие воспитанию физических качеств у спортсменов.
2. Этап спортивного совершенствования. Цели и задачи этого этапа подготовки спортсмена.
3. Основы построения спортивной тренировки. Её цели и задачи. Привести пример.
4. Структура разработки образовательной программы по виду спорта. В соответствии с какими нормативно-правовыми актами в сфере образования и спорта она осуществляется.

#### ***Критерии оценивания:***

Устный опрос. Экзаменационный билет, состоящий из четырех вопросов. Каждый вопрос оценивается максимально – 25 баллов. Промежуточная аттестация осуществляется на основании устного ответа на теоретические вопросы и предполагает также проверку приобретенных умений и навыков при ответах на вопросы билета, выполняя контрольные задания.

<i>Баллы</i>	<i>Критерии оценки</i>
25 баллов	Ответ на вопрос верный, продемонстрировано наличие достаточно полных знаний, грамотно и логически последовательно изложен материал при ответе
20 баллов	Ответ на вопрос верный, но с отдельными погрешностями, уверенно исправленными после дополнительных вопросов
15 баллов	Ответ на вопрос частично верен. На дополнительные и наводящие вопросы студент полностью ответил
10 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на некоторые дополнительные вопросы
5 баллов	Ответ на вопрос не полный, продемонстрирована неуверенность и неточность при ответе на дополнительные и наводящие вопросы
0 баллов	Ответ на вопрос не верный, на дополнительные и наводящие вопросы ответ не последовал

- оценка **«отлично»** (84–100 баллов) выставляется студенту, если на все вопросы были даны правильные ответы, студент смог ответить на дополнительные вопросы по теме;
- оценка **«хорошо»** (67– 83 баллов) выставляется студенту, если на все вопросы были даны правильные, но не полные ответы, студент не полностью смог ответить на дополнительные вопросы по теме;
- оценка **«удовлетворительно»** (50–66 баллов) выставляется студенту, если он слабо владеет материалом, допускает ошибки в изложении теоретических вопросов, но смог ответить на дополнительные наводящие вопросы по теме;
- оценка **«неудовлетворительно»** (0–49 баллов) выставляется студенту, если он не владеет материалом, допускает грубые ошибки в изложении теоретических вопросов и не смог ответить на дополнительные наводящие вопросы по теме.

### **3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Процедуры оценивания включают в себя текущий контроль и промежуточную аттестацию.

*Текущий контроль* успеваемости проводится с использованием оценочных средств, представленных в п. 2 данного приложения. Результаты текущего контроля доводятся до сведения студентов до промежуточной аттестации.

*Промежуточная аттестация* проводится в форме экзамена (1 курс, зимняя сессия). Проверка итогов, суммирование баллов проводятся в надлежащий период, предшествующий подведению итогов, и доводятся до сведения студентов.

Объявление итоговых результатов производится на последнем учебном занятии по данной дисциплине.

Результаты аттестации заносятся в зачетную ведомость и зачетную книжку студента. Студенты, не прошедшие промежуточную аттестацию по графику сессии, должны ликвидировать задолженность в установленном порядке.