

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**

**ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА  
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

*Направление: 49.03.01 – «Физическая культура»*

*Направленность (профиль) образовательной программы – «Спортивная тренировка»*

*Красноярск 2018*

Рабочая программа составлена к.п.н., доцентом Е.Д. Чупровой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании  
кафедры теории и методики борьбы  
протокол № 11 от 18.05.2018 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы  
д.п.н., профессор, академик РАО



Д.Г. Миндиашвили

Одобрено на заседании Научно-методического  
совета направления подготовки  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 9 от 25.05.2018 г.

Председатель совета  
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа актуализирована к.п.н., доцентом Е.Д. Чупровой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании  
кафедры теории и методики борьбы  
протокол № 14 от 23.05.2019 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы  
д.п.н., профессор, академик РАО



Д.Г. Миндиашвили

Одобрено на заседании Научно-методического  
совета направления подготовки  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 9 от 23.05.2019 г.

Председатель совета  
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Спорт является особенной частью физической культуры, системой многолетней подготовки спортсменов, направленной на достижение ими высоких спортивных результатов.

Предмет «Теория и методика спортивной тренировки» является общим для всех видов спорта: лыжного, конькобежного, плавания, спортивных игр, единоборств, легкой атлетики, тяжелой атлетики, интеллектуальных игр, прикладных видов спорта и других. Разнообразие видов спорта, связанных с предельными возможностями организма или полным отсутствием двигательной активности, объединяет не только дух соперничества, соревнования, страсть победы, желание быть первым, но самое главное – система спортивной подготовки. Истинность теории спорта определяется практикой спортивной деятельности, достижениями в спорте.

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки» разработана согласно ФГОС ВО по направлению 49.03.01 – Физическая культура, Направленность (профиль) образовательной программы: Спортивная тренировка.

Дисциплина «Теория и методика спортивной тренировки» находится в вариативной части учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, реализуется в 7 и 8 семестрах.

### 1.2. Трудоемкость дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»

Объем дисциплины	Часов / ЗЕТ	7 семестр	8 семестр
Общая трудоемкость дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»	180/5	72/2	108/3
Контактная работа с преподавателем (всего)	62	26	36
в том числе:			
лекции	—	—	—
практические занятия	62	26	36
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	118	46	72
Вид промежуточной аттестации	зачет с оценкой		зачет с оценкой

### 1.3. Цели освоения дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»

#### Основные цели обучения дисциплине:

1. Обеспечение глубокого теоретического осмысления основ спортивной тренировки, а также привитие студентам умения практической реализации основных его положений.

2. Овладение компетенциями, обеспечивающими готовность студентов успешно сдать зачет с оценкой по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки».

#### 1.4. Планируемые результаты обучения по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки»

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
1. Формирование у студентов необходимого уровня теоретических знаний о целях, средствах и принципах спортивной тренировки	Знать основные понятия теории спорта; знать средства и методы спорта, структуру процесса обучения двигательным действиям, принципы спортивной тренировки	ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
	Уметь соотносить и выстраивать иерархию ключевых понятий спорта	ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов;
	Владеть технологией выбора определенных средств, методов, форм занятий в зависимости от педагогической ситуации	ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры
2. Формирование у студентов необходимого уровня теоретических знаний о видах подготовки спортсмена, знаний о способах планирования и педагогического контроля в спортивной тренировке	Знать структуру спортивной тренировки; знать основы методики развития физических качеств; знать перечень документов планирования и основные методы педагогического контроля	ПК-3 - способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий;
	Уметь подбирать средства и методы развития какого-либо физического качества, общеразвивающие упражнения; уметь проводить планирование на текущее занятие, использовать простейшие методы педагогического контроля	ПК-4 - способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу;
	Владеть методикой подбора физических упражнений для проведения занятия	ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта

### **1.5. Контроль результатов освоения дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»**

В целях текущего контроля успеваемости по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки» применяются следующие методы:

- 1) опросы;
- 2) контрольные работы;
- 3) составление схемы;
- 4) составление учебных планов;
- 5) посещение лекций.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для промежуточной аттестации».

### **1.6. Перечень образовательных технологий, используемых для освоения дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»**

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система).
2. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (активные методы обучения):
  - проблемное обучение;
  - интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар);
  - технология интенсификации обучения на основе схемных моделей учебного материала.
3. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:
  - технология индивидуализации обучения;
  - коллективный способ обучения.

## 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

### 2.1. Технологическая карта обучения дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки»

Для обучающихся образовательной программы  
«Физическая культура», бакалавр, 49.03.01, Направленность (профиль)  
образовательной программы «Спортивная тренировка»

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по очной форме обучения

(укажите форму обучения)

(общая трудоемкость 5 з.е.)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Аудиторных часов				Внеауди- торных часов	Формы и методы контроля
		все- го	лек- ций	семи- наров	лаб. работ		
<b>1. Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки.</b> Основные понятия в спортивной тренировке. Функции спорта. Классификация видов спорта. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем. Цель, средства и принципы спортивной тренировки. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.	72 (2,0)	26		26		46	Опрос, составление схемы «Функции спорта»
<b>2. Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.</b> Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка.	72 (2,0)	18		18		54	контрольная работа

<b>3. Периодизация спортивной тренировки.</b> Структура тренировочного процесса. Понятие о микро-, мезо- и макроциклах. Структура тренировочного занятия. Проблемы периодизации спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки.	36 (1,0)	18		18		18	Опрос, составление плана
<b>Форма итогового контроля</b>							<b>Зачет с оценкой</b>
<b>Всего:</b>	<b>180 (5)</b>	<b>62</b>		<b>62</b>		<b>118</b>	



## **Содержание теоретического курса.**

### **Раздел 1. Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки.**

Основные понятия в спортивной тренировке. Функции спорта. Классификация видов спорта. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем. Цель, средства и принципы спортивной тренировки. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.

### **Раздел 2. Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.**

Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка.

### **Раздел 3. Периодизация спортивной тренировки.**

Структура тренировочного процесса. Понятие о микро-, мезо- и макроциклах. Структура тренировочного занятия. Проблемы периодизации спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки.

## **2.2. Методические рекомендации по освоению дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»**

### **2.2.1. Рекомендации по работе на практических занятиях**

Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

### **2.2.2. Рекомендации по выполнению контрольных работ и заданий**

В соответствии с учебным планом обучающиеся в процессе изучения дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки» в 8 семестре обязаны выполнить контрольную работу.

Выполнение контрольной работы - существенный этап самостоятельной работы обучающихся, который необходим для приобретения практических навыков.

Каждый обучающийся выполняет свой вариант контрольной работы.

При выполнении контрольной работы необходимо соблюдать следующие требования:

1. Работу следует выполнить и представить в сроки, указанные в учебном графике в строгом соответствии с требованиями методических указаний.
2. Контрольная работа должна быть выполнена в ученической тетради вручную либо оформлена на компьютере.
3. Задания должны быть выполнены в той последовательности, в которой они представлены в условиях работы.
4. Выполненные задания необходимо сопровождать краткими пояснениями. Задания, в которых даны лишь ответы без пояснений, будут считаться невыполненными.
5. Обучающиеся, не выполнившие работу в установленный срок к зачету не допускаются.

При возникновении вопросов, связанных с выполнением контрольной работы, следует обратиться за консультацией на кафедру теории и методики борьбы.

### 2.2.3. Рекомендации по подготовке к зачету с оценкой

Залогом успешной сдачи зачета с оценкой являются систематические, добросовестные посещения занятий студентами. Специфической задачей студента в период экзаменационной сессии является повторение, обобщение и систематизация всего материала, который изучен в течение семестра.

Начинать повторение рекомендуется за месяц-полтора до зачета. Повторение - процесс индивидуальный; каждый студент повторяет то, что для него трудно, неясно, забыто. Поэтому, прежде чем приступить к повторению, рекомендуется сначала внимательно посмотреть программу курса, установить наиболее трудные, наименее усвоенные разделы и выписать их на отдельном листе.

В процессе повторения анализируются и систематизируются все знания, накопленные при изучении программного материала: данные учебника, записи лекций, конспекты прочитанных книг, заметки, сделанные во время консультаций или семинаров, и др. Ни в коем случае нельзя ограничиваться только одним конспектом, а тем более, чужими записями. Всякого рода записи и конспекты - вещи сугубо индивидуальные, понятные только автору. Готовясь по чужим записям, легко можно впасть в очень грубые заблуждения.

Само повторение рекомендуется вести по темам программы и по главам учебника. Закончив работу над темой (главой), необходимо ответить на вопросы учебника или выполнить задания, а самое лучшее - воспроизвести весь материал.

Есть целый ряд принципов («секретов»), которыми следует руководствоваться при подготовке к зачетам.

Первый - подготовьте свое рабочее место, где все должно способствовать успеху: тишина, расположение учебных пособий, строгий порядок.

Второй - сядьте удобнее за стол, положите перед собой чистые листы бумаги, справа - тетради и учебники. Вспомните все, что знаете по данной теме, и запишите это в виде плана или тезисов на чистых листах бумаги слева. Потом проверьте правильность, полноту и последовательность знаний по тетрадям и учебникам. Выпишите то, что не сумели вспомнить, на правой стороне листов и там же запишите вопросы, которые следует задать преподавателю на консультации. Не оставляйте ни одного неясного места в своих знаниях.

Третий - работайте по своему плану. Вдвоем рекомендуется готовиться только для взаимопроверки или консультации, когда в этом возникает необходимость.

Четвертый - подготавливая ответ по любой теме, выделите основные мысли в виде тезисов и подберите к ним в качестве доказательства главные факты и цифры. Ваш ответ должен быть кратким, содержательным, концентрированным.

Пятый - помимо повторения теории не забудьте подготовить практическую часть, чтобы свободно и умело показать навыки работы с текстами, картами, различными пособиями, решения задач и т.д.

Шестой - установите четкий ритм работы и режим дня. Разумно чередуйте труд и отдых, питание, нормальный сон и пребывание на свежем воздухе.

Седьмой - толково используйте консультации преподавателя. Приходите на них, продуктивно поработав дома и с заготовленными конкретными вопросами, а не просто послушать, о чем будут спрашивать другие.

Восьмой - бойтесь шпаргалки - она вам не прибавит знаний.

Девятый - не допускайте как излишней самоуверенности, так и недооценки своих способностей и знаний. В основе уверенности лежат твердые знания. Иначе может получиться так, что вам достанется тот единственный вопрос, который вы не повторили.

Десятый - не забывайте связывать свои знания по любому предмету с современностью, с жизнью, с производством, с практикой.

Одиннадцатый - когда на зачете вы получите свой билет, спокойно сядьте за стол, обдумайте вопрос, набросайте план ответа, подойдите к приборам, картам, подумайте, как теоретически объяснить проделанный опыт. Не волнуйтесь, если что-то забыли.

При подготовке к занятиям необходимо еще раз проверить себя на предмет усвоения основных категорий и ключевых понятий курса.

#### **2.2.4. Рекомендации по самостоятельной работе студентов**

*Составление плана-конспекта спортивной тренировки.* Необходимо предварительно изучить материал «Планирование в физическом воспитании». Для составления плана нужно, для начала, выбрать группу, с которой планируется проводить учебную и воспитательную работу во время тренерской практики, определить изучаемые спортивные дисциплины в текущей четверти, а также перечень изучаемых двигательных умений и навыков. Далее, необходимо ознакомиться с учебной литературой по формированию умений и навыков в конкретной спортивной дисциплине (гимнастика, волейбол, баскетбол, лыжная подготовка, плавание), составить план, учитывая, что освоению конкретного двигательного действия необходимо посвятить минимально 3 занятия (разучивание, закрепление, совершенствование). Не лишним будет вспомнить, что, если работа планируется проводиться с детьми младшего школьного возраста (1-4 класс), для лучшего усвоения материала и привития интереса к спорту, 40% времени тренировки нужно уделять организации занятий с использованием игрового метода.

*Подготовка к промежуточному рейтинг-контролю.* Внимательно изучите теоретический материал дисциплины и ознакомьтесь с перечнем тестовых заданий, внимательно проработайте эти материалы.

*Подготовка к итоговому рейтинг-контролю.* Внимательно изучите теоретический материал дисциплины и ознакомьтесь с перечнем вопросов на зачет, внимательно проработайте эти материалы.

Для набора необходимого рейтингового балла наряду с самостоятельной работой рекомендуем придерживаться следующих советов:

1. Посещение лекционных занятий (за каждое посещенное занятие студент получает +1 к своему рейтингу).

2. Во время прохождения опроса стремитесь к тому, что бы ответить правильно на все вопросы, чем больше правильных ответов вы дадите, тем большее количество рейтинговых баллов получите.

3. Во время сдачи зачета отвечайте на поставленный вопрос развернуто, тем самым вы сможете избежать уточняющих вопросов преподавателя и получить наивысший рейтинг.

#### **Методические рекомендации по организации инклюзивного образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Работу по организационно-педагогическому сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – лиц с ОВЗ) в университете осуществляют институты, факультеты, департамент. К работе по сопровождению образовательного процесса привлекаются: кафедры, проректор по внеучебной работе, учебно-методический центр дистанционного образования, проректор по административно-хозяйственной деятельности, волонтерский центр, управление информатизации, учебно-методическое управление, учебный отдел, студенческий отдел управления кадров, отдел практики, центр трудоустройства и сопровождения карьеры студентов и выпускников.

Организация образовательного процесса для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ в университете осуществляется на основании:

- Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах,

утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п);

- Планов работы по профессиональной ориентации и созданию условий для инклюзивного образования в КГПУ им. В.П. Астафьева;
- Правил приема граждан на обучение по образовательным программам высшего образования.

Образование обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных нозологических группах.

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, что учитывается при реализации программы данной дисциплины. При составлении индивидуального плана обучения возможны сочетания различных форм проведения занятий по дисциплине «Инклюзивное образование в Красноярском крае»: аудиторные занятия, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий, самостоятельная работа с индивидуальным консультированием.

Согласно Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п) при обучении инвалидов и лиц с ОВЗ при необходимости могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии с возможностью приема-передачи информации в доступных для них формах.

Для обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья Порядком проведения занятий по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту по программам бакалавриата и специалитета при очной, очно - заочной и заочной формах обучения в КГПУ им. В.П. Астафьева от 26.06.2015, утвержденным приказом 248(п) устанавливается особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. При проведении занятий по дисциплине «Психологические особенности детей с ОВЗ» преподаватель учитывает вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Имеющаяся безбарьерная среда в КГПУ им. В.П. Астафьева учитывает потребности лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для обеспечения доступа в здания университета маломобильных граждан корпус на ул. Маркса, зд. 100 оборудован пандусом, поручнем и расширенными дверными проемами, корпус на ул. Ады Лебедевой, д. 89 оборудован системой вызова персонала для инвалидов (кнопка вызова персонала), имеются три мобильных подъемных платформы с электроприводом «БарсУГП-130-1». При необходимости платформы могут быть перевезены и использованы в любом учебном корпусе и (или) общежитии. При необходимости в университете могут быть созданы специальные места для парковки автотранспортных средств для инвалидов возле всех учебных корпусов. Ширина коридоров учебных корпусов соответствует нормативным требованиям для передвижения инвалидов-колясочников. В учебных корпусах по адресам: ул. Ады Лебедевой, д. 89, ул. Маркса, зд. 100, ул. Перенсона, д. 7 оборудованы санитарно-гигиенические комнаты для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Оборудованы специальные рабочие места для обучающихся, пользующихся специальными инвалидными креслами-колясками, что предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов.

Для обучающихся с нарушением зрения приобретены переносные лупы «Руби», настольные лупы с подсветкой, имеются специальное программное обеспечение, позволяющее увеличивать шрифт на компьютере, воспроизводить текстовые документы.

Для обучающихся с нарушением слуха приобретены две FM-системы индивидуального пользования и стационарные наушники. При необходимости данное оборудование может быть перевезено и использовано в любом учебном корпусе.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»

Наименование дисциплины/курса	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Название программы/ профиля	Количество зачетных единиц (кредитов)
<b>Теория и методика спортивной тренировки</b>	49.03.01 – Физическая культура (бакалавриат) Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка	<b>5</b>
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, спортивная борьба, общая теория спорта и его прикладные аспекты, практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности		
Последующие: государственный экзамен		

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1</b>			
<b>Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Лекционные занятия, семинары (посещаемость)	<b>3</b>	<b>5</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Составление схемы «Функции спорта»	<b>5</b>	<b>8</b>
	Опрос «Основные понятия в спорте, классификация видов спорта»	<b>7</b>	<b>12</b>
<b>Итого</b>		<b>15</b>	<b>25</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2</b>			
<b>Подготовка спортсменов.</b>			
<b>Спортивная подготовленность и пути ее достижения</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
Текущая работа	Лекционные занятия, семинары (посещаемость)	<b>3</b>	<b>5</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная работа «Спортивная подготовка и подготовленность»	<b>7</b>	<b>12</b>
<b>Итого</b>		<b>10</b>	<b>17</b>

<b>БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ № 3</b>			
<b>Периодизация спортивной тренировки</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
Текущая работа	Лекционные занятия, семинары (посещаемость)	<b>5</b>	<b>9</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Составление перспективного или текущего плана подготовки спортсмена на год, полгода, месяц, неделю	<b>11</b>	<b>18</b>
	Опрос «Структура тренировочного процесса»	<b>7</b>	<b>12</b>
<b>Итого</b>		<b>23</b>	<b>38</b>

ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 20 %	
		Min	max
	Зачет с оценкой	<b>12</b>	<b>20</b>
Итого		<b>12</b>	<b>20</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ (10%)			
Базовый модуль/ Тема	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
БМ №1-3	Составление кроссворда	0	4
	Написание научной статьи, участие в региональной конференции, публикация	0	6
Итого		<b>0</b>	<b>10</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min	max
		<b>60</b>	<b>100</b>

#### СООТВЕТСТВИЕ РЕЙТИНГОВЫХ БАЛЛОВ И АКАДЕМИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
<b>Σ 60-100</b>	<b>зачет</b>
<b>60-72</b>	<b>3</b>
<b>73-86</b>	<b>4</b>
<b>87-100</b>	<b>5</b>

### 3.2. Фонд оценочных средств (контрольно-измерительные материалы) по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки»

Фонд оценочных средств по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки» представлен в приложении к рабочей программе дисциплины.

### 3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки»

После окончания изучения обучающимися учебной дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки» ежегодно осуществляются следующие мероприятия:

- анализ результатов обучения обучающихся дисциплине на основе данных промежуточного и итогового контроля;
- рассмотрение при необходимости возможностей внесения изменений в соответствующие разделы рабочей программы дисциплины – заполняется специальная форма «Лист внесения изменений», представленная ниже.

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2017/2018 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «О направленности (профиле) основных профессиональных образовательных программ в КГПУ им. В.П. Астафьева» от 07.02.2017 №36(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся термин «профиль» изменен на «направленность (профиль) образовательной программы».
2. В соответствии с приказом «О внесении изменений в Положение о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П.Астафьева»» от 01.03.2017 №98(п) в фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся внесены изменения в Приложении 1 п. 3.2.1:

Прежнее наименование уровня	Новое наименование уровня
«высокий уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»	« <b>продвинутый</b> уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»
« <b>продвинутый</b> уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»	« <b>базовый</b> уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»
« <b>базовый</b> уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»	« <b>пороговый</b> уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 11 от 15.05.2017 г.

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор



Д.Г. Миндиашвили

Директор  
Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2018/2019 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «О внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 05.07.2018 №457(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся в титулах внесены изменения в части преобразования Министерства образования и науки РФ в Министерство науки и высшего образования РФ.
2. В соответствии с приказом «Об утверждении Положения о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в КГПУ им. В.П.Астафьева от 28.04.2018 №297(п) актуализирован фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся.
3. Обновлен перечень используемого лицензионного программного обеспечения.
4. Обновлена современная профессиональная база данных и информационных справочных систем.
5. Карта литературного обеспечения дисциплины согласована с библиотекой.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 11 от 18.05.2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор



Д.Г. Миндиашвили

Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов



## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2019/2020 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 14 от 23.05.2019 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор



Д.Г. Миндиашвили

Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

#### 4. УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ

##### 4.1. Карта литературного обеспечения дисциплины (включая электронные ресурсы)

##### «Теория и методика спортивной тренировки» для обучающихся образовательной программы

по направлению подготовки: 49.03.01 – Физическая культура,

Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка, квалификация - бакалавр

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по очной форме обучения

№ п/п	Наименование	Место хранения / электронный адрес	Количество экземпляров / точка доступа
<b>Основная литература</b>			
1.	Теория и методика физической культуры: учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.	АУЛ(35)	35
2.	Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 480 с.	АУЛ	101
3.	Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать монография/ Н.Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2011. – 863 с.	ЧЗ, АНЛ, АУЛ	30
<b>Дополнительная литература</b>			
4.	Барчуков, И. С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И. С. Барчуков, А. А. Нестеров ; ред. Н. Н. Маликов. - 3-е изд., стер.. - М.: Академия, 2009. - 528 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	5
<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>			
5.	Проведение подготовительной части школьного урока по физической культуре [Текст] : методические рекомендации / сост.: А. В. Мельчаков, Г. Г. Мельчакова. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 60 с.	ЧЗ (1), АНЛ (2), АУЛ (5), ИМЦ ФФКиС (2)	10
6.	Чупрова Е.Д. Организация занятия по физической культуре в вузе: учебно-метод. пособие. – Красноярск: Сиб.гос.аэрокосмич.ун-т, 2011. – 76 с	ЭБС КГПУ <a href="http://elib.kspu.ru/document/5704">http://elib.kspu.ru/document/5704</a>	Индивидуальный неограниченный доступ

7.	Блеер, А. Н. Терминология спорта: толковый словарь-справочник/ А. Н. Блеер, Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: Академия, 2010. - 464 с.	ЧЗ (1), СБО (1), ИМЦ ФФКиС (4), АНЛ (1)	7
<b>Ресурсы сети Интернет</b>			
8.	Научно-методический журнал «Теория и практика физической культуры»	<a href="http://www.teoriya.ru">http://www.teoriya.ru</a>	свободный
<b>Информационно-справочные системы</b>			
9.	Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000– . – Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a> .	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	свободный
10.	East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	<a href="https://dlib.eastview.com">https://dlib.eastview.com</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
11.	Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992– .	Научная библиотека (1-02)	локальная сеть вуза

Согласовано:

зам. дир-ра научной биб-ки  
(должность структурного подразделения)

ИИ  
(подпись)

Шушпанова С.В.  
(Фамилия И.О.)

17.05.2018  
(дата)

**4.2. Карта материально-технической базы дисциплины  
«Теория и методика спортивной тренировки»  
для обучающихся образовательной программы**

**по направлению подготовки: 49.03.01 – Физическая культура,  
Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка,  
квалификация - бакалавр**

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

**по очной форме обучения**

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)</b>
<b>Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-27	Микрофонный пульт-10шт., монитор-6шт., компьютер-2шт., телевизор-2шт., система видеоконференцсвязи-1шт., микрофон+модуль-1шт., телефон-1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-55	Компьютер – 3 шт., копировальный аппарат – 1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
<b>Помещения для самостоятельной работы в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-05 Центр самостоятельной работы	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт Microsoft® Windows® 7 Professional Лицензия Dreamspark (MSDN AA). Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №2304- 180417-031116- 577-384. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL). Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия). Mozilla Firefox – (Свободная лицензия). LibreOffice – (Свободная лицензия GPL). Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Консультант Плюс - (Свободная лицензия для учебных целей). Гарант - (Свободная лицензия для учебных целей) ноутбук-10 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**им. В.П. Астафьева»**  
**(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

**ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
протокол № 11 от 18.05.2018 г.

ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического  
совета направления подготовки  
протокол № 9 от 25.05.2018 г.

**ФОНД**  
**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

**Направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура**

**Направленность (профиль) образовательной программы:**  
**«Спортивная тренировка»**

**Квалификация: бакалавр**

Составитель: Чупрова Е.Д., к.п.н., доцент

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика спортивной тренировки»

направление подготовки 49.03.01 Физическая культура  
направленность (профиль) образовательной программы  
Спортивная тренировка

Представленный на рецензию фонд оценочных средств для данного направления подготовки разработан в соответствии с нормативными документами, представленными в программе. ФОС по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки» предназначен для текущей и промежуточной аттестации и представляет собой совокупность разработанных кафедрой теории и методики борьбы материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения.

Задачами ФОС являются контроль и управление процессом приобретения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций, заявленных в образовательной программе по данному направлению.

Фонд оценочных средств сформирован исходя из закрепленных за дисциплиной ряда компетенций, перечисленных в ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка. Предложенные оценочные средства дают возможность проконтролировать уровень подготовки обучающегося, а также степень освоения обучающимися сформированных компетенций.

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Структура и содержание ФОС по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки» соответствуют требованиям, предъявляемым к структуре и содержанию фондов оценочных средств ОПОП ВО.

2. Направленность ФОС соответствует целям ОПОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка и будущей профессиональной деятельности студента.

4. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания.

Таким образом, фонд оценочных средств по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки» по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка может быть рекомендован к использованию в учебном процессе.

Эксперт

кандидат педагогических наук, доцент  
зав. кафедрой теории физической  
культуры и здоровья ФГБОУ ВО  
«СибГУ им. М.Ф. Решетнева»

Подпись *Коноплева Е.Н.* КАДРОВ  
Вед. спец. по пер. Начальник УК СибГАУ



Е.Н. Коноплева

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

1.1. **Целью** создания ФОС дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС разработан на основании нормативных **документов**:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.06.01** – Физическая культура и спорт;

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, Направленность (профиль) образовательной программы: Спортивная тренировка;

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

## **2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины**

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»:

1. ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

2. ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и спорта и требований образовательных стандартов;

3. ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры и спорта;

4. ПК-3 - способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий;

5. ПК-4 - способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу;

6. ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта.

## 2.2. Оцениваемые средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			Номер	Форма
ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Гимнастика Легкая атлетика Плавание Туризм Общая теория спорта и ее прикладные аспекты Теория и методика спортивной тренировки Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм Профессионально-ориентированная практика Тренерская практика	текущий контроль	1	составление плана
			2	опрос
		Промежуточная аттестация	6	диф. зачет
ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты Психологические особенности детей с ОВЗ Современные технологии инклюзивного образования Проектирование индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика, легкая атлетика, плавание, туризм, Спортивная борьба Общая теория спорта и ее прикладные аспекты профессионально-ориентированная практика	текущий контроль	2	опрос
			3	контрольная работа
		Промежуточная аттестация	6	диф. зачет
ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	2	опрос
			3	контроль-ная работа
		Промежуточная аттестация	6	диф. зачет
ПК-3 - способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	3	контрольная работа
			5	составление плана
		Промежуточная аттестация	6	диф. зачет
ПК-4 - способность проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	текущий контроль	2	опрос
			3	контрольная работа



возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу	профессионально-ориентированная практика, тренерская практика	Промежуточная аттестация	6	диф. зачет
ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты	текущий контроль	4	опрос
			5	составление плана
	тренерская практика	Промежуточная аттестация	6	диф. зачет

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают вопросы к дифференцированному зачету.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство: вопросы к зачету с оценкой, разработчик Чупрова Е.Д.

Критерии оценивания по оценочному средству «Вопросы к зачету»

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Владеет</b> системой знаний о методах и средствах физической культуры и спорта. <b>Обосновывает</b> подбор тех или иных методов и средств физической культуры и спорта в конкретной педагогической ситуации	<b>Объясняет</b> взаимосвязи между содержанием структурных компонентов методов и средств физической культуры и спорта. <b>Имеет опыт</b> подбора методов и средств физической культуры и спорта, исходя из конкретной педагогической ситуации	<b>Воспроизводит</b> основные положения системы знаний о методах и средствах физической культуры и спорта. <b>Готов</b> к подбору методов и средств физической культуры и спорта, исходя из конкретной педагогической ситуации

<p>ОПК-2 - способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и спорта и требований образовательных стандартов</p>	<p><b>Обосновывает</b> содержание учебного занятия по базовым видам спорта с точки зрения положений дидактики теории и методики физической культуры и спорта и требований образовательных стандартов. <b>Умеет</b> проектировать учебные занятия на основе сочетания знакомых и новых образцов действий, что позволяет получить новый продукт – оригинальный конспект. <b>Обосновывает</b> ценность знания и учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия</p>	<p><b>Объясняет</b> взаимосвязи между содержанием учебного занятия и положениями теории и методики физической культуры и спорта, требованиями образовательных стандартов <b>Умеет</b> проектировать учебные занятия на основе дополнения шаблонных действий новыми элементами, что позволяет получить адаптированный конспект. <b>Объясняет</b> значимость знаний и учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия</p>	<p><b>Воспроизводит</b> основные положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта и требований образовательных стандартов. <b>Умеет</b> проектировать учебные занятия на основе шаблонного выполнения действий, что позволяет получить шаблонный конспект. <b>Воспроизводит</b> формальные аргументы значимости учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия</p>
<p>ПК-2 - способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры и спорта</p>	<p><b>Обосновывает</b> наполнение образовательного процесса с учетом положений теории физической культуры и спорта</p>	<p><b>Объясняет</b> взаимосвязи между наполнением учебного процесса и основными положениями теории физической культуры и спорта</p>	<p><b>Воспроизводит</b> основные положения теории физической культуры и спорта</p>
<p>ПК-3 - способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий</p>	<p><b>Владеет</b> технологией разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>осуществляет</b> рефлексивный анализ проведенных образовательных мероприятий с последующим изменением планов</p>	<p><b>Имеет опыт</b> разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>имеет опыт</b> осуществления рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий</p>	<p><b>Готов</b> к разработке учебных планов и программ конкретных занятий, <b>готов к</b> осуществлению рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий</p>
<p>ПК-4 - способность</p>	<p><b>Обосновывает</b> содержание учебного</p>	<p><b>Объясняет</b> взаимосвязи между</p>	<p><b>Воспроизводит</b> основные положения</p>

проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образова-тельных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу	занятия с точки зрения положений дидактики теории и методики физической культуры и спорта. <b>Владеет</b> методикой проведения учебных занятий. <b>Владеет</b> способами подготовки документации для организации внеклассной физкультурно-спортивной работы	содержанием учебного занятия и положениями теории и методики физической культуры и спорта. <b>Имеет опыт</b> проведения учебных занятий. <b>Имеет опыт</b> подготовки документации для организации внеклассной физкультурно-спортивной работы	дидактики и теории и методики физической культуры и спорта. <b>Готов к</b> проведению учебных занятий. <b>Готов к</b> организации внеклассной физкультурно-спортивной работы
ПК-11 - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	<b>Владеет</b> технологией разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>осуществляет</b> рефлексивный анализ проведенных образовательных мероприятий с последующим изменением планов	<b>Имеет опыт</b> разработки учебных планов и программ конкретных занятий, <b>имеет опыт</b> осуществления рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий	<b>Готов к</b> разработке учебных планов и программ конкретных занятий, <b>готов к</b> осуществлению рефлексивного анализа проведенных образовательных мероприятий

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают:

- 1) опросы;
- 2) контрольные работы;
- 3) составление схемы;
- 7) составление учебных планов.

Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга в рабочей программе дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки»

##### Критерии оценивания опроса

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<b>6 баллов</b> - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным использованием научных терминов и понятий в контексте ответа; <b>5 баллов</b> - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов;

	<b>4 балла</b> - проблема обозначена на бытовом уровне; <b>0 баллов</b> - проблема не раскрыта.
2. Отражение всех существующих взглядов на рассматриваемую проблему	<b>6 баллов</b> – в ответе отражены различные взгляды, подходы к обсуждаемой проблеме с анализом общего и специфического, дает полный сравнительный анализ. <b>5 баллов</b> – обучающийся излагает взгляды на проблему в рамках одного или двух подходов; <b>4 балла</b> - сравнительный анализ поверхностный; <b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.
Максимальный балл	<b>12</b>
Минимальный балл	<b>8</b>

#### Критерии оценивания схемы

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<b>8 баллов</b> - все графы схем заполнены корректно с использованием научных понятий и терминов, установлена взаимосвязь между понятиями; <b>6 баллов</b> – графы схем заполнены на не менее, чем 90% при формальном использовании научных терминов, имеется 2-3 ошибки в установлении взаимосвязей между понятиями; <b>5 баллов</b> – графы заполнены не менее, чем на 60%, проблема обозначена на бытовом уровне, взаимосвязь между понятиями установлена, но имеются 3-4 ошибки; <b>0 баллов</b> – графы заполнены менее, чем на 60%, взаимосвязь между понятиями не установлена.
Максимальный балл	<b>8</b>
Минимальный балл	<b>5</b>

#### Критерии оценивания контрольной работы

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное	<b>6 баллов</b> - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным

обоснование научных понятий	использованием научных терминов и понятий в контексте ответа; <b>5 баллов</b> - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов; <b>4 балла</b> - проблема обозначена на бытовом уровне; <b>0 баллов</b> - проблема не раскрыта.
2. Отражение всех существующих взглядов на рассматриваемую проблему	<b>6 баллов</b> – в ответе отражены различные взгляды, подходы к обсуждаемой проблеме с анализом общего и специфичного, дает полный сравнительный анализ. <b>5 баллов</b> – обучающийся излагает взгляды на проблему в рамках одного или двух подходов; <b>4 балла</b> - сравнительный анализ поверхностный; <b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.
Максимальный балл	<b>12</b>
Минимальный балл	<b>8</b>

#### Критерии оценивания учебных планов

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Подбор видов деятельности для создания учебного плана, соответствие подобранного материала возрасту занимающихся	<b>9 баллов</b> – корректный подбор видов деятельности, проектирование учебного занятия либо четверти на основе сочетания знакомых и новых образцов действий, что позволяет получить новый продукт – оригинальный конспект или тематический план, подобранный материал полностью соответствует возрасту занимающихся; <b>7 баллов</b> - корректный подбор видов деятельности, проектирование учебного занятия либо четверти на основе дополнения шаблонных действий новыми элементами, что позволяет получить адаптированный конспект или тематический план, подобранный материал полностью соответствует возрасту занимающихся;

	<p><b>5 баллов</b> - корректный подбор видов деятельности, проектирование учебного занятия либо четверти на основе шаблонного выполнения действий, что позволяет получить шаблонный конспект или тематический план, подобранный материал полностью соответствует возрасту занимающихся;</p> <p><b>0 баллов</b> – некорректный подбор видов деятельности, не учитывающий возраст занимающихся.</p>
2. Распределение времени для различных видов деятельности	<p><b>9 баллов</b> – грамотное распределение времени по частям занятия или блокам тематического плана;</p> <p><b>8 баллов</b> – распределение времени по частям занятия или блокам тематического плана частично не соответствует основам теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p><b>6 баллов</b> – нарушено распределение времени по частям занятия или блокам тематического плана;</p> <p><b>0 баллов</b> – дозировка физических упражнений отсутствует.</p>
Максимальный балл	<b>18</b>
Минимальный балл	<b>11</b>

## 5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

### СОСТАВЛЕНИЕ СХЕМЫ «Функции спорта» (КИМ №1)

Задание: выпишите из рекомендованной литературы функции спорта и составьте схему их взаимосвязи.

### ОПРОС «Основные понятия в спорте. Классификация видов спорта» (КИМ №2)

1. Спортивное соревнование.
2. Спортивная деятельность.
3. Спортивная подготовка.
4. Спортивная тренировка.
5. Тренированность.
6. Подготовленность.
7. Техническое обеспечение и оснащённость.
8. Спортивные достижения.

9. Спортивный результат.
10. Спортивная квалификация.
11. Атлетические виды спорта.
12. Технические виды спорта.
13. Виды спорта с использованием спортивного оружия.
14. Виды спорта с модельным конструированием.
15. Виды спорта, связанные с перемещением по местности.
16. Многоборье.
17. Виды спорта совместно с животными.
18. Виды спорта с абстрактно-композиционным мышлением.
19. Экстремальные виды спорта.
20. Артистические виды спорта.
21. Зимние / летние виды спорта.
22. Олимпийские / не Олимпийские виды спорта.
23. Способы проведения соревнований.
24. Виды соревнований.
25. Определение спортивного результата.

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА «Виды, средства и методы подготовки спортсменов»  
(КИМ №3)**

**1 вариант**

1. Физическая подготовка спортсмена.
2. Функциональная подготовка спортсмена.
3. Тактическая подготовка спортсмена.
4. Воспитание нравственных качеств спортсмена.

**2 вариант**

1. Техническая подготовка спортсмена.
2. Теоретическая подготовка спортсмена.
3. Интегральная подготовка спортсмена.
4. Воспитание нравственных качеств спортсмена.

**ОПРОС «Периодизация спортивной тренировки» (КИМ №4)**

1. Цикл в спортивной подготовке.
2. Виды циклов.
3. Характеристика и назначение микроциклов.
4. Характеристика и назначение мезоциклов.
5. Характеристика и назначение макроциклов.
6. Назначение Олимпийского цикла подготовки.
7. Особенности годового цикла подготовки.
8. Структура тренировочного занятия.
9. Формы организации занятия.
10. Методы организации занятий.
11. Типы микроциклов.
12. Типы мезоциклов.
13. Типы макроциклов.
14. Факторы, определяющие этапы многолетней подготовки.

## **СОСТАВЛЕНИЕ УЧЕБНЫХ ПЛАНОВ (КИМ №4)**

Задание 1. Составьте тематический план на 10 занятий для учащихся спортивной школы. Выбор группы остается на Ваше усмотрение.

Задание 2. Составьте план-конспект одного из учебно-тренировочных занятий подготовленного тематического плана.

## **ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ С ОЦЕНКОЙ (КИМ №5)**

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Соревнования как неотъемлемая часть спорта.
3. Спорт как социальное явление.
4. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов
5. Средства спортивной тренировки
6. Социальные функции спорта.
7. Организация и проведение соревнований.
8. Методы спортивной тренировки
9. Классификация видов спорта.
10. Принципы спортивной тренировки.
11. Система подготовки спортсмена.
12. Проблемы периодизации тренировки.
13. Классификация соревнований.
14. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
15. Спортивно-тактическая подготовка.
16. Основные стороны спортивной подготовки спортсмена.
17. Спортивно-техническая подготовка.
18. Физическая подготовка.
19. Психическая подготовка.
20. Теоретическая подготовка.