

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
Институт непрерывного педагогического образования

Кафедра теории и методики физического воспитания

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА

Учебный модуль для направления подготовки бакалавров
44.03.01 профиль «Физическая культура»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Принято на заседании Ученого совета
ИНПО

18.01 2017 г. Протокол № 4

Зам.директора института

С.М. Елкин

Разработал

Доцент КИФ

Р.Я.Власенко

Ст. преподаватель кафедры ТМФВ

А.Н. Максимов

12 января 2017 г.

Принято на заседании кафедры ТМФВ

16 января 2017 г. Протокол № 6

Заведующий кафедрой ТМФВ

Е.Г. Чистякова

Паспорт фонда оценочных средств
по УМ «Теория и методика спорта»
для направления подготовки 44.03.01 профиль «Физическая культура»

Модуль, раздел (в соответствии с РП)	Контролируе мые компетенции (или их части)	ФОС	
		Вид оценочного средства	Количество вариантов заданий
УЭМ 1 «Теория и методика спортивной тренировки»			
1.1 Система спортивной подготовки в Российской Федерации.	ПК 2 ПК 5 СК-2	Презентация	1
1.2 Цели и задачи спортивной подготовки.		Практическая работа 1	1
1.3 Дозирование нагрузок в спортивной тренировке.		Презентация	3
1.4 Физическая подготовка спортсмена.		Практическая работа 2	6
1.5 Техническая подготовка спортсмена.		Практическая работа 3	1
1.6 Тактическая подготовка спортсмена.		Презентация	6
		Коллоквиум	18
1.7 Психологическая подготовка спортсмена.		Защита реферата	18
1.8 Планирование макро, мезо и микроциклов спортивной подготовки.		Практическая работа 4	5
1.9 Особенности предсоревновательной подготовки.		Практическая работа 5	4
1.10 Комплексный контроль Самоконтроль спортсмена в спорте.		Презентация	1
		Коллоквиум	11
УЭМ 2 «Физиология спорта			
2.1 Предмет изучения «Физиологии спорта» ее цели и задачи. Физиологические основы классификации и характеристика спортивных упражнений.	ПК 2 ПК 5 СК-2		
2.2 Физиологические основы двигательных навыков.		Тестовый контроль	1
2.3 Физиологические механизмы развития физических качеств.		Тестовый контроль	1
2.4 Физиологические основы спортивной тренировки.		Практическая работа 6	1
2.5 Физиологические основы спортивного отбора.		Презентация	7
2.6 Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.		Тестовый контроль	1

2.7 Функциональные особенности онтогенеза вегетативных систем организма в дошкольном, младшем школьном, среднем и старшем школьном возрасте.		Коллоквиум	11
2.8 Физиологические основы спортивной тренировки женщин.		Презентация	3

Презентация.

Характеристика оценочного средства

Тема занятия: 1.1 Система спортивной подготовки в Российской Федерации.

Тема презентации: Характеристика системы подготовки в Российской Федерации

Параметры оценочного средства презентация

Источник	Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 11-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - 478, [2] с.
Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество задач из одного контролируемого раздела	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	
«5», если	9-10 баллов
«4», если	7-8 баллов
«3», если	5-6 баллов

Примечание: Презентация состоит минимально из 10 слайдов. Оценивается презентация макс. 10 баллов.

Тема занятия: 1.3 Дозирование нагрузок в спортивной тренировке.

Темы презентации:

- Нагрузка в спортивной тренировке;
- Интервалы отдыха в спортивной тренировке;
- Соотношение нагрузок в избранном виде спорта;

Параметры оценочного средства презентация

Источник	Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 11-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - 478, [2] с.
----------	--

Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество задач из одного контролируемого раздела	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	
«5», если	9-10 баллов
«4», если	7-8 баллов
«3», если	5-6 баллов

Примечание: Презентация состоит минимально из 10 слайдов. Оценивается презентация макс. 10 баллов.

Тема занятия: 1.6 Тактическая подготовка спортсмена

Темы презентации:

- Тактическая подготовка в легкой атлетике
- Тактическая подготовка в баскетболе
- Тактическая подготовка в волейболе
- Тактическая подготовка в силовых видах спорта
- Тактическая подготовка в единоборствах
- Тактическая подготовка в футболе

Параметры оценочного средства презентация

Источник	Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 11-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - 478, [2] с.
Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество задач из одного контролируемого раздела	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	
«5», если	9-10 баллов
«4», если	7-8 баллов
«3», если	5-6 баллов

Примечание: Презентация состоит минимально из 10 слайдов. Оценивается презентация макс. 10 баллов.

Тема занятия: 1.10 Комплексный контроль Самоконтроль спортсмена в спорте

Тема презентации: Персональный дневник самоконтроля в избранном виде спорта.

Параметры оценочного средства презентация

Источник	Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению
----------	---

	подгот. "Пед. образование" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 11-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - 478, [2] с.
Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество задач из одного контролируемого раздела	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	
«5», если	9-10 баллов
«4», если	7-8 баллов
«3», если	5-6 баллов

Примечание: Презентация состоит минимально из 10 слайдов. Оценивается презентация макс. 10 баллов.

Тема занятия: 2.5 Физиологические основы спортивного отбора.

Тема презентации:

Студентам предлагается выполнение презентации.

Предполагаемые темы презентационных сообщений:

1. Спортивный отбор в плавании.
2. Критерии спортивного отбора юных футболистов.
3. Использование особенностей физического развития при отборе в биатлоне.
4. Организационно-методические особенности отбора и набора детей для занятий спортивной гимнастикой.
5. Спортивный отбор в системе управления многолетней подготовкой юных спортсменов-ориентировщиков.
6. Методика спортивного отбора юных боксеров.
7. Медико-биологические основы спортивного отбора.

Параметры оценочного средства презентация

Источник	1. Физиология и основы анатомии: учеб. пособие / под ред. А.В. Котова Т.Н. Лосевой: Москва, изд. «Медицина», 2011г., 1086с. 86,5п.л., 3000экз. 2. Солодков А. С, Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. — М.: Олимпия Пресс, 2005. —528 с.
Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество задач из одного контролируемого раздела	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	
«5», если	9-10 баллов
«4», если	7-8 баллов
«3», если	5-6 баллов

Примечание: Презентация состоит минимально из 10 слайдов. Оценивается презентация макс. 10 баллов.

Тема занятия: 2.8 Физиологические основы спортивной тренировки женщин.

Темы презентации:

- Влияние на спортивную работоспособность женщин различных фаз ОМЦ: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной, предменструальной;
- Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин.
- Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок в избранном виде спорта.

Параметры оценочного средства

Предел длительности контроля	5 мин
Последовательность выборки вопросов из раздела	случайная
Критерии оценки:	
«5», если	9-10 баллов
«4», если	7-8 баллов
«3», если	5-6 баллов
Проверяемый компонент компетенции	Умения

Примечание: Презентация состоит минимально из 10 слайдов. Оценивается презентация макс. 10 баллов.

	Плохо Менее 2 баллов	Удовлетворительно 3 балла	Хорошо 4 балла	Отлично 5 баллов
I. Дизайн и мультимедиа-эффекты	1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объем информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки	1. Цвет фона плохо соответствует цвету текста 2. Использовано более 4 цветов шрифта 3. Некоторые страницы имеют свой стиль оформления 4. Гиперссылки выделены 5. Анимация дозирована 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, но не носит отвлекающий характер 7. Размер шрифта средний (соответственно, объем информации — кадр несколько перегружен) 8. Ссылки работают	1. Цвет фона хорошо соответствует цвету текста, всё можно прочесть 2. Использовано 3 цвета шрифта 3. 1-2 страницы имеют свой стиль оформления, отличный от общего 4. Гиперссылки выделены и имеют разное оформление до и после посещения кадра 5. Анимация присутствует только в тех местах, где она уместна 6. Звуковой фон соответствует единой концепции и привлекает внимание зрителей в нужных местах именно к информации 7. Размер шрифта оптимальный 8. Все ссылки работают	1. Цвет фона гармонирует с цветом текста, всё отлично читается 2. Использовано 3 цвета шрифта 3. Все страницы выдержаны в едином стиле 4. Гиперссылки выделены и имеют разное оформление до и после посещения кадра 5. Анимация присутствует только в тех местах, где она уместна и усиливает эффект восприятия текстовой части информации 6. Звуковой фон соответствует единой концепции и усиливает эффект восприятия текстовой части информации 7. Размер шрифта оптимальный 8. Все ссылки работают
	Плохо Менее 2 баллов	Удовлетворительно 3 балла	Хорошо 4 балла	Отлично 5 баллов

П. Содержание	1. Содержание не является научным 2. Иллюстрации (графические, музыкальные, видео) не соответствуют тексту 3. Много орфографических, пунктуационных, стилистических ошибок 4. Наборы числовых данных не проиллюстрированы графиками и диаграммами 5. Информация не представляется актуальной и современной 6. Ключевые слова в тексте не выделены	1. Содержание включает в себя элементы научности 2. Иллюстрации (графические, музыкальные, видео) в определенных случаях соответствуют тексту 3. Есть орфографические, пунктуационные, стилистические ошибки 4. Наборы числовых данных чаще всего проиллюстрированы графиками и диаграммами 5. Информация является актуальной и современной 6. Ключевые слова в тексте чаще всего выделены	1. Содержание в целом является научным 2. Иллюстрации (графические, музыкальные, видео) соответствуют тексту 3. Орфографические, пунктуационные, стилистические ошибки практически отсутствуют 4. Наборы числовых данных проиллюстрированы графиками и диаграммами 5. Информация является актуальной и современной 6. Ключевые слова в тексте выделены	1. Содержание является строго научным 2. Иллюстрации (графические, музыкальные, видео) усиливают эффект восприятия текстовой части информации 3. Орфографические, пунктуационные, стилистические ошибки отсутствуют 4. Наборы числовых данных проиллюстрированы графиками и диаграммами, причем в наиболее адекватной форме 5. Информация является актуальной и современной 6. Ключевые слова в тексте выделены
--------------------------	--	---	---	--

Практическая работа

Характеристика оценочного средства

Практическая работа 1 .

Тема занятия 1.2 Цели и задачи спортивной подготовки.

«Составление задач на определенный период подготовки спортсмена».

Работа выполняется в рабочей тетради. Необходимо определить иерархию задач на недельный цикл тренировок в избранном виде спорта. Определить временные затраты на решение сформулированных задач.

Максимальное количество баллов за данную работу – 5

Практическая работа 2.

Тема занятия 1.4 Физическая подготовка спортсмена

«Составление комплексов физической подготовки в избранном виде спорта».

Возможная тематика комплексов:

- Подводящие упражнения в избранном виде спорта.
- Специально-подготовительные упражнения в избранном виде спорта.
- Упражнения на гибкость в избранном виде спорта.
- Упражнения на развитие силовых способностей в избранном виде спорта.
- Упражнения для предсоревновательной разминки в избранном виде спорта.
- Упражнения предтренировочной разминки в избранном виде спорта.

Оформление комплексов осуществляется в рабочей тетради. Максимальное количество баллов за данную работу 5.

Практическая работа 3.

Тема занятия 1.5 Техническая подготовка спортсмена.

«Составление программы обучения технике избранного вида спорта».

Максимальное количество баллов за данную работу 5.

Практическая работа 4.

Тема занятия 1.8 Планирование макро, мезо и микроциклов спортивной подготовки.

«Разработка микроцикла подготовки в избранном виде спорта»

Тематика практических работ:

- Содержание базового микроцикла тренировки
- Содержание ударного микроцикла тренировки
- Содержание соревновательного микроцикла тренировки
- Содержание восстановительного микроцикла тренировки
- Содержание контрольно-подготовительного микроцикла тренировки

Оформление комплексов осуществляется в рабочей тетради. Максимальное количество баллов за данную работу 5.

Практическая работа 5.

Тема занятия 1.9 Особенности предсоревновательной подготовки

«Составление предсоревновательного микроцикла в избранном виде спорта».

Тематика практических работ:

- Содержание предсоревновательного микроцикла в легкой атлетике
- Содержание предсоревновательного микроцикла в игровых видах спорта
- Содержание предсоревновательного микроцикла в единоборствах
- Содержание предсоревновательного микроцикла в силовых видах спорта

Оформление комплексов осуществляется в рабочей тетради. Максимальное количество баллов за данную работу 5.

Практическая работа 6

Тема занятия 2.4 Физиологические основы спортивной тренировки.

Определение состояния тренированности спортсмена в покое (расчет весовых индексов, мышечной и жировой массы, удельного веса и жизненного индекса, проведение активной ортостатической пробы, кардиоритмографии, оценка функции внешнего дыхания). Оценка состояния тренированности спортсмена при стандартных и предельных нагрузках (проведение функциональных проб: Гарвардский степ-тест, тест PWC₁₇₀, тест Купера, ступенчатая проба).

Критерии оценки:

- ПР выполнена полностью, в установленной последовательности, ошибки отсутствуют;
- ПР выполнена полностью, но с незначительными ошибками;
- ПР выполнена полностью, со значительными ошибками;
- ПР не выполнена.

Максимальное количество баллов за данную работу 5.

Тестовый контроль Характеристика оценочного средства

Тестовый контроль занятия 2.2 (макс. 15 баллов)

1. Концентрация АТФ в скелетных мышцах при работе различной длительности:
 - а) увеличивается
 - б) уменьшается
 - в) снижается незначительно
 - г) остается неизменной
 - д) снижается до нуля
2. Укажите, какие соединения относят к макроэргическим:

- а) АТФ
 - б) креатинфосфат
 - в) Ca^{2+}
 - г) Na^+
 - д) молочная кислота
3. Наивысшей скорости креатинфосфокиназная реакция достигает на:
- а) 1-й секунде после начала работы
 - б) 2-й секунде после начала работы
 - в) 1-й минуте после начала работы
 - г) 2-й минуте после начала работы
 - д) через 10 минут
4. От каких факторов зависит креатинфосфокиназная реакция:
- а) pH
 - б) Ca^{2+}
 - в) Na^+
 - г) креатин
 - д) температура
5. Креатинфосфокиназная реакция составляет биохимическую основу:
- а) локальной мышечной выносливости
 - б) общей мышечной выносливости
 - в) мышечной силы
 - г) ловкости
 - д) скоростно-силовых отношений

Тестовый контроль занятия 2.3 (макс. 15 баллов)

1. Наибольшей скорости гликолиз достигает на:
- а) 1-й секунде после начала работы
 - б) 30-й секунде после начала работы
 - в) 1-й минуте после начала работы
 - г) 5-й минуте после начала работы
 - д) 10-й минуте после начала работы
2. Конечными продуктами гликолиза является:
- а) молочная кислота
 - б) янтарная кислота
 - в) угольная кислота
 - г) холиевая кислота
 - д) пировиноградная кислота
3. Накопление молочной кислоты в саркоплазме мышц приводит к:
- а) увеличению осмотического давления
 - б) набуханию мышечных волокон
 - в) ригидности мышц
 - г) алкалозу
 - д) улучшению эластичности
4. Наибольшей производительностью отличается:
- а) гликолиз
 - б) миокиназная реакция
 - в) креатинфосфокиназная реакция
 - г) аэробный ресинтез АТФ
 - д) цикл трикарбоновых кислот
5. Количество кислорода, необходимое для полного удовлетворения энергетических потребностей за счет аэробных процессов называется:
- а) кислородный дефицит
 - б) кислородный запрос работы
 - в) кислородный каскад
 - г) алактатный компонент кислородного долга
 - д) лактатный компонент кислородного долга

Тестовый контроль занятия 2.6 (макс. 15)

1. Разность между кислородным запросом работы и реально потребляемым кислородом называется:
 - а) кислородным долгом
 - б) кислородной разностью работы
 - в) кислородным дефицитом
 - г) абсолютным потреблением кислорода
 - д) кислородным запросом
2. При интенсивной работе в кривой снижения потребления кислорода наблюдаются фазы:
 - а) восстановительная
 - б) парадоксальная
 - в) быстрый компонент кислородного долга
 - г) медленный компонент кислородного долга
 - д) утомления
3. При оценке относительной мощности совершаемого упражнения используют величины:
 - а) минимального метаболического уровня
 - б) максимального метаболического уровня
 - в) среднего метаболического уровня
 - г) кислородного запроса работы
 - д) кислородного долга
4. К основным ферментам гликолиза относятся:
 - а) карбангидраза
 - б) фосфоорилаза
 - в) гексокиназа
 - г) мальтаза
 - д) рибонуклеаза
5. Количество кислорода, необходимое для полного удовлетворения энергетических потребностей за счет аэробных процессов называется:
 - а) кислородный дефицит
 - б) кислородный запрос работы
 - в) кислородный каскад
 - г) алактатный компонент кислородного долга
 - д) лактатный компонент кислородного долга

Защита реферата

Характеристика оценочного средства

Примерные темы рефератов:

1. Применение силовых упражнений в секциях по общей физической подготовке.
2. Применение специально-подготовительных упражнений при обучении фляку назад в спортивной гимнастике.
3. Применение тренажерных устройств для развития силы в избранном виде спорта.
4. Развитие быстроты
5. Развитие выносливости у лыжников гонщиков на этапе спортивной специализации.
6. Развитие гибкости у юных тхэквондистов.
7. Развитие координационных способностей как основа совершенствования техники футболистов 11-13 лет.
8. Развитие скоростно-силовой выносливости спортсменов тхэквондистов.
9. Развитие специальной выносливости у подростков 12-14 лет в русской лапте.
10. Соотношение тренировочных нагрузок различной направленности в подготовке юных баскетболистов.
11. Сравнительная характеристика функционального состояния нервно-мышечного аппарата у спортсменов различных специализаций и квалификации по данным

миотонометрии.

12. Физиологическая характеристика предстартовых состояний по выраженности реакций АД и ЧСС в зависимости от значимости соревнований.
13. Физиологическая характеристика предстартовых состояний по выраженности реакции ЧД и времени произвольной задержки дыхания в зависимости от значимости соревнований.
14. Формирование навыков ловли и передачи мяча в процессе подготовки юных лаптистов.
15. Характеристика показателей внешнего дыхания (ЧД, время произвольной задержки дыхания) в покое и после работы различной мощности.
16. Эффективность методики улучшения броска в баскетболе у детей 10-14 лет.
17. Эффективность применения упражнений скоростно-силовой направленности в развитии физической подготовленности в учебно-тренировочном процессе юных дзюдоистов 13 – 14 лет.

Рукопись реферата, как правило, иметь структуру:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- разделы, излагающие основное содержание работы;
- выводы;
- список литературы;
- приложения (не обязательно)

Оформление рукописи должно соответствовать требованиям стандарта НовГУ СТО 1.701-2010 «Текстовые документы».

Оценка реферата состоит из оценки рукописи, доклада и защиты

Параметры оценочного средства защита реферата

Предел длительности контроля	5 мин
Последовательность выборки вопросов	случайная
Критерии оценки:	
«5» - 20-25 баллов, если	<u>Рукопись:</u> в полной мере соответствует требованиям по структуре и оформлению. <u>Доклад:</u> в полной мере соответствует стилистике научной речи, укладывается в временной промежуток 5 минут <u>Защита:</u> студент обоснованно, по существу отвечает на возникшие в результате доклада вопросы
«4» - 15-19 баллов, если	<u>Рукопись:</u> в соответствии с требованиями по структуре и оформлению, но может содержать незначительные неточности. <u>Доклад:</u> в целом соответствует стилистике научной речи, но могут быть допущены ошибки в логике изложения. <u>Защита:</u> студент в целом отвечает на возникшие в результате доклада вопросы
«3» - 10-14 баллов, если	<u>Рукопись:</u> в соответствии с требованиями по структуре и оформлению, но может содержать неточности. <u>Доклад:</u> с замечаниями соответствует стилистике научной речи. <u>Защита:</u> студент пытается отвечать на возникшие в

	результате доклада вопросы, но не всегда по существу
Проверяемый компонент компетенции	Знания, умения, владение

Коллоквиум Характеристика оценочного средства

Вопросы к коллоквиуму по теме: Теория и методика спортивной тренировки 1
(макс. 10 баллов)

1. Компоненты системы спортивной подготовки.
2. Управление системой спортивной подготовки.
3. Взаимосвязь компонентов спортивной тренировки.
4. Особенности целеполагания в спорте. Иерархия целей спортивной тренировки.
5. Постановка задач спортивной тренировки.
6. Характеристика понятий: нагрузка, отдых.
7. Характеристика понятий утомление, эффекты спортивной тренировки.
8. Современные представления о физической подготовке. Цель и задачи физической подготовки спортсмена.
9. Общая и специальная физическая подготовка.
10. Средства физической подготовки
11. Современные представления о технической подготовке. Цель и задачи технической подготовки спортсмена.
12. Общая и специальная техническая подготовка.
13. Средства технической подготовки
14. Современные представления о тактической подготовке. Цель и задачи тактической подготовки спортсмена.
15. Общая и специальная тактическая подготовка.
16. Средства тактической подготовки
17. Современные представления о психологической подготовке. Цель и задачи психологической подготовки спортсмена.
18. Общая и специальная психологическая подготовка.

Параметры оценочного средства коллоквиум

Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество вопросов	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	
«5», 9-10 баллов если	если вопросы раскрыты в полном объеме, без существенных ошибок, может проиллюстрировать ответ примерами, правильно использована терминология.
«4», 7-8 баллов если	ответ недостаточно систематизирован и последователен, примеры не всегда правильные, допущены незначительные ошибки в применении терминологии.
«3», 5-6 баллов если	ответ не систематизирован и не последователен, допущены существенные ошибки в применении терминологии.

Вопросы к коллоквиуму по теме: Теория и методика спортивной тренировки 2
(макс. 10 баллов)

1. Средства психологической подготовки
2. Виды макро, мезо и микроциклов.
3. Особенности планирования макроциклов спортивной подготовки.
4. Особенности планирования мезоциклов спортивной подготовки.
5. Особенности планирования микроциклов спортивной подготовки
6. Характеристика условий соревновательной деятельности.
7. Средства и методы предсоревновательной подготовки.
8. Особенности подведения к конкретным соревнованиям
9. Контроль в спорте, цель и задачи комплексного контроля в спортивной подготовке.
10. Структура и средства комплексного контроля.
11. Характеристика дневника самоконтроля.

Параметры оценочного средства коллоквиум

Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество вопросов	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	
«5», 9-10 баллов если	если вопросы раскрыты в полном объеме, без существенных ошибок, может проиллюстрировать ответ примерами, правильно использована терминология.
«4», 7-8 баллов если	ответ недостаточно систематизирован и последователен, примеры не всегда правильные, допущены незначительные ошибки в применении терминологии.
«3», 5-6 баллов если	ответ не систематизирован и не последователен, допущены существенные ошибки в применении терминологии.

Вопросы к коллоквиуму по теме: Функциональные особенности онтогенеза вегетативных систем организма в дошкольном, младшем школьном, среднем и старшем школьном возрасте. (Макс.10 баллов)

1. Основы периодизации индивидуального развития.
2. Генотипическая и средовая детерминация онтогенеза.
3. Динамика развития детей подросткового возраста.
4. Психофизиологический статус детей раннего возраста.
5. Особенности физиологических показателей у лиц зрелого и пожилого возраста.
6. Физиологические особенности развития и состояние организма детей и подростков.
7. Возрастные особенности ЦНС, ВВД и сенсорных систем.
8. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата.
9. Возрастные особенности крови, кровообращения и дыхания.
10. Возрастные особенности терморегуляции, обмена веществ и энергии.
11. Возрастные особенности адаптации к физическим нагрузкам.

Параметры оценочного средства коллоквиум

Предел длительности контроля	5 мин
Предлагаемое количество вопросов	1
Последовательность выборки задач из каждого раздела	По указанию преподавателя
Критерии оценки:	

«5», 9-10 баллов если	если вопросы раскрыты в полном объеме, без существенных ошибок, может проиллюстрировать ответ примерами, правильно использована терминология.
«4», 7-8 баллов если	ответ недостаточно систематизирован и последователен, примеры не всегда правильные, допущены незначительные ошибки в применении терминологии.
«3», 5-6 баллов если	ответ не систематизирован и не последователен, допущены существенные ошибки в применении терминологии.

Курсовая работа

Характеристика оценочного средства

Курсовая работа является видом учебной и научно-исследовательской работы студента, выполняемой им самостоятельно под руководством преподавателя. Выполнение КП и КР способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, полученных на теоретических занятиях, применению знаний, умений и навыков при решении комплексных профессиональных задач.

Тематика КР отвечает задачам данного модуля, актуальна, решает ряд взаимосвязанных между собой задач. Студент имеет право предложить свою тему КР, удовлетворяющую требованиям кафедры.

Курсовая работа оформляется в виде рукописи, излагающей обоснование и решение какой-либо проблемы процесса спортивной подготовки. Содержание работы должно демонстрировать умение формулировать основные методологические компоненты исследования (цель, задачи, объект, предмет, гипотеза), знакомство автора с основной литературой по теме работы, способность определять методы исследования, умение последовательно изложить существо рассматриваемых вопросов, владение необходимой терминологией и понятиями, приемлемый уровень языковой грамотности и владение стилем научного изложения.

Рукопись курсовой работы и расчетно-пояснительной записки курсового проекта должна, как правило, иметь структуру:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- главы, разделы, излагающие основное содержание работы;
- выводы по главам;
- список литературы и источников;
- приложение

Оформление рукописи должно соответствовать требованиям стандарта НовГУ СТО 1.701-2010 «Текстовые документы».

Примерные темы курсовых работ:

1. Адаптивные изменения некоторых функциональных показателей органов дыхания при физических нагрузках (ЖЕЛ, МОД, пробы Штанге и Генча).
2. Влияние дозированных физических нагрузок на степень насыщения артериальной крови кислородом (оксигеметрия).
3. Влияние различных видов разминки на АД и ЧСС в предстартовом состоянии.
4. Влияние статодинамических упражнений на развитие силы в избранном виде спорта.
5. Влияние упражнений с отягощением весом собственного тела на развитие силы в избранном виде спорта.
6. Воспитание физических качеств в секциях легкой атлетики на этапе

- предварительной подготовки.
7. Динамика активности нервно-мышечного аппарата (по показателям кистевой динамометрии, миотонометрии, теппинг - теста) у представителей выбранной специализации в годичном цикле тренировочного процесса.
 8. Динамика индекса физической работоспособности (ИГСТ) в Гарварском степ-тесте в недельном, месячном циклах тренировки у спортсменов выбранной специализации.
 9. Динамика физической работоспособности (PWS170) и МПК в недельном и месячном циклах тренировки у спортсменов избранной специализации.
 10. Динамика ЧСС в покое и после специальной нагрузки у спортсменов в выбранной специализации в недельном и месячном циклах тренировочного процесса.
 11. Изменение некоторых гемодинамических констант ЧСС, АД, УОК, МОК при выполнении стандартной физической нагрузки (степ-тест).
 12. Изменение ЧСС и АД при работе разной мощности.
 13. Качество реакции ССС на физические нагрузки (по пробе Руфье)- определяется ЧСС и АД.
 14. Круговая тренировка как одна из форм проведения тренировочных занятий по кудо.
 15. Некоторые константы вегетативной нервной системы как показатели тренированности организма (орто-, клиностатическая пробы, вегетативный индекс Кердо).
 16. Применение силовых упражнений в секциях по общей физической подготовке.
 17. Применение специально-подготовительных упражнений при обучении фляку назад в спортивной гимнастике.
 18. Применение тренажерных устройств для развития силы в избранном виде спорта.
 19. Развитие быстроты
 20. Развитие выносливости у лыжников гонщиков на этапе спортивной специализации.
 21. Развитие гибкости у юных тхэквондистов.
 22. Развитие координационных способностей как основа совершенствования техники футболистов 11-13 лет.
 23. Развитие скоростно-силовой выносливости спортсменов тхэквондистов.
 24. Развитие специальной выносливости у подростков 12-14 лет в русской лапте.
 25. Соотношение тренировочных нагрузок различной направленности в подготовке юных баскетболистов.
 26. Сравнительная характеристика функционального состояния нервно-мышечного аппарата у спортсменов различных специализаций и квалификации по данным миотонометрии.
 27. Физиологическая характеристика предстартовых состояний по выраженности реакций АД и ЧСС в зависимости от значимости соревнований.
 28. Физиологическая характеристика предстартовых состояний по выраженности реакции ЧД и времени произвольной задержки дыхания в зависимости от значимости соревнований.
 29. Формирование навыков ловли и передачи мяча в процессе подготовки юных лаптистов.
 30. Характеристика показателей внешнего дыхания (ЧД, время произвольной задержки дыхания) в покое и после работы различной мощности.
 31. Эффективность методики улучшения броска в баскетболе у детей 10-14 лет.
 32. Эффективность применения упражнений скоростно-силовой направленности в развитии физической подготовленности в учебно-тренировочном процессе юных дзюдоистов 13 – 14 лет.

Оценивание курсовой работы

Этап подготовки		Макс. кол-во баллов
1. Написание содержания и введения курсовой работы		5
В полной мере соответствует требованиям по структуре и оформлению. Методологические характеристики сформулированы правильно.	100-90%	
соответствует требованиям по структуре и оформлению, но может содержать незначительные неточности. Методологические характеристики сформулированы с небольшими замечаниями.	89-70%	
Соответствует требованиям по структуре и оформлению, но может содержать неточности. Методологические характеристики сформулированы с замечаниями.	69-50%	
2. Написание 1 параграфа курсовой работы		10
3. Написание 2 параграфа курсовой работы		10
4. Написание 3 параграфа курсовой работы		10
В полной мере соответствует требованиям по структуре и оформлению. Текст отличается научностью стиля изложения, обобщение имеющегося педагогического опыта, прослеживается личная позиция автора по рассматриваемым вопросам.	100-90%	
Соответствует требованиям по структуре и оформлению, но может содержать незначительные неточности. Текст в целом соответствует научному стилю изложения, автор продемонстрировал хоть и не в полной мере способности к обобщению имеющегося педагогического опыта, прослеживается личная позиция автора по рассматриваемым вопросам.	89-70%	
Соответствует требованиям по структуре и оформлению, но может содержать неточности. Текст соответствует научному стилю изложения, но имеет ряд замечаний, автор продемонстрировал не значительные способности к обобщению имеющегося педагогического опыта, личная позиция автора остается неясна.	69-50%	
5. Написание выводов по теоретической части исследования		10
3. Оформление списка литературы		5
4. Составление доклада для защиты курсовой работы		10
5. Разработка презентации по докладу для защиты курсовой работы		5
6. Защита курсовой работы		35
Защита в полной мере соответствует стилистике научной речи, укладывается в временной промежуток 5 минут. Студент обоснованно, по существу отвечает на возникшие в результате доклада вопросы	100-90%	
Защита в целом соответствует стилистике научной речи, но могут быть допущены ошибки в логике изложения. Студент в целом отвечает на возникшие в результате доклада вопросы	89-70%	
Защита с замечаниями соответствует стилистике научной речи, студент пытается отвечать на возникшие в результате доклада вопросы, но не всегда по существу.	69-50%	100