Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Степанов Максим Сергеевич
Должность: Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
Дата подписания: 14.10.2026 15:37:01
Уникальный программный ключ:
ac103ec627087a9e59e034d124a1f7f7f2e3a5e

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра Теории и методики спорта

СОГЛАСОВАНО
Начальник учебно-методического управления
канд. биол. наук, доцент И.В. Осадченко
«23» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
канд. филол. наук, доцент
М.С. Степанов
«23» июня 2026 г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

# «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА»

**Шифр дисциплины Б1.О.15.02**

по направлению подготовки: 49.03.04 Спорт

***Наименование ОПОП:***
***Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании; Спортивная подготовка в индивидуальных и командных видах спорта***

**Квалификация выпускника** - *Бакалавр*

**Форма обучения**
**очная/заочная**

СОГЛАСОВАНО
Декан тренерского факультета,
канд.пед.наук, доцент
А.В. Завьялов
«17» июня 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Декан факультета заочной формы обучения, к.пед.н., профессор
В.Х. Шнайдер
«17» июня 2026 г.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
(протокол № 11,
5 июня 2026 г.)
Заведующий кафедрой,
д-р пед. наук, профессор
К.С. Давлаев

**Малаховка, 2026**

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

**Составитель рабочей программы:**
Лепешкина Светлана Викторовна,
к.п.н., доцент кафедры ТиМ спорта

**Рецензенты:**
Дунаев Константин Степанович,
д.п.н., профессор, заведующий кафедрой ТиМ спорта

Биндусов Евгений Евгеньевич,
к.п.н., профессор,
заведующий кафедрой Теории и методики гимнастики

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

| Код ПС | Профессиональный стандарт | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ | Аббрев. исп. в РПД |
|---|---|---|---|
| **01 Образование и наука** | | | |
| 01.003 | "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. N 652н | **ПДО** |
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.003 | Тренер | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 27 апреля 2023 г. N 362н | **Т** |
| 05.002 | «Тренер-преподаватель» | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 30 августа 2023 г. N 686н | **ТП** |

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

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

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

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

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

ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

ОПК-4. Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

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

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

ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма.

ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов, в том числе с использованием методик измерения и оценки.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| В результате изучения дисциплины студент должен проявить: | Соотнесенные профессиональные стандарты | Формируемые компетенции |
|---|---|---|
| Знать: порядок составления отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)<br>Уметь: выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки<br>Владеть: приемами анализа и оценки динамики антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на разных этапах подготовки и обучающихся | ТП: A/03.6<br>Т: C/02.6 | УК - 1 |
| Знать: цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами | ТП: A/01.6<br>Т: | УК – 2 |

| | | |
|---|---|---|
| спортивной подготовки, цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, основы методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий<br>Уметь: планировать тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки<br>Владеть: навыком выбора средства и методов тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные | ПДО: А/01.6 | |
| Знать: Формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям<br>Уметь: планировать содержание тренировочного процесса тренировочного этапа на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом динамики подготовленности, показателей контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся<br>Владеть: определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели выполнения занимающимися нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта, по игровым видам спорта - не ниже первого спортивного разряда | ТП: А/01.6<br>Т: С/02.6 | ОПК – 1 |
| Знать: цели спортивного отбора, требования к организации отбора, содержание методик спортивного отбора и ориентации<br>Уметь: реализовывать мероприятия спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования<br>Владеть: планированием мероприятий спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования | ТП: А/02.6 | ОПК – 2 |

| | | |
|---|---|---|
| Знать: формы, методы и средства тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, формы, методы и средства предметной области Физическая культура и спорт<br>Уметь: осуществлять тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки и образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в сфере физической культуры и спорта<br>Владеть: навыком проведения тренировок по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специальных подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств занимающихся | ТП: А/01.6<br>ТП: А/03.6<br>Т: С/03.6<br>ПДО: А/01.6 | ОПК – 3 |
| Знать: технологию спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)<br>Уметь: обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по видам спорта<br>Владеть: приемами контроля физического, функционального и психического состояния занимающихся во время проведения тренировочных занятий. Разработкой документации для проведения занятий, соревнований и физкультурно-оздоровительных мероприятий, выполнения с занимающимися комплекса упражнений по общефизической подготовке (упражнения для гармоничного развития силы мышц; приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в | ТП: А/01.6<br>Т: С/03.6<br>ПДО: С/03.6 | ОПК – 4 |
| Знать: содержание спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)<br>Уметь: обосновывать выбор средств и методов воспитания обучения и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучающихся.<br>Владеть: приемами регулирования нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, включая | Т: С/03.6<br>ТП: А/03.6 | ОПК - 5 |

| | | |
|---|---|---|
| факторы, ограничивающие нагрузку занимающихся на этапах спортивной подготовки | | |
| Знать: положения теории и методики физической культуры и спорта, правила вида спорта, требования к присвоению спортивных разрядов и званий в соответствии с ЕВСК<br>Уметь: анализировать соревновательную деятельность и ее результаты для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях<br>Владеть: навыком оценивания результативности спортивной подготовки на тренировочном этапе, определения резервов, эффективных средств и методов повышения результативности тренировочного процесса | ТП: А/05.6 | ОПК – 9 |
| Знать: способы предотвращения возникновения причин травматизма<br>Уметь: обеспечивать условия для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта и дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта<br>Владеть: навыком определения признаков перенапряжения и переутомления занимающихся, определять величину нагрузки, адекватную индивидуальным возможностям занимающихся | ТП: В/03.5<br>ПДО: А/01.6 | ОПК – 10 |
| Знать: основные функции и формы контроля подготовленности: годичный, этапный, текущий, оперативный<br>Уметь: выявлять и оценивать уровень и качество аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности<br>Владеть: приемами сбора, оценивания, анализа и учета необходимой информации о реальном ходе тренировочного и образовательного процесса | ТП: А/09.6 | ОПК – 12 |

2.МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина в структуре образовательной программы относится к обязательной части. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 4 семестре по очной и заочной формам обучения, и во 2 семестре по заочной ускоренной форме обучения. Объем учебной дисциплины составляет 108 акад. часов. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3.ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр |
|---|---|---|---|
| | | | 4 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **38** | **38** |
| В том числе: | | | |
| Лекции | | 12 | 12 |
| Семинары | | 24 | 24 |
| Консультации | | 2 | 2 |
| Промежуточная аттестация: | | экзамен | экзамен |
| **Самостоятельная работа студента** *В том числе подготовка к промежуточной аттестации (18 час.)* | | **70** | **70** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **108** | **108** |
| | **зачетные единицы** | **3** | **3** |

*заочная форма обучения (в том числе ускоренная)*

| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр |
|---|---|---|---|
| | | | 4 (2 ускор) |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **12** | **12** |
| В том числе: | | | |
| Лекции | | 4 | 4 |
| Семинары | | 8 | 8 |
| Промежуточная аттестация: | | экзамен | + |
| **Самостоятельная работа студента** *В том числе подготовка к промежуточной аттестации (18 час.)* | | **96** | **96** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **108** | **108** |
| | **зачетные единицы** | **3** | **3** |

4.СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела | Форма контроля |
|---|---|---|---|
| 1. | Сущность спорта и спортивной деятельности, функции спорта. | - Вводные определения, истоки и определяющие черты спорта и спортивной деятельности.<br>- Основные факторы, регламентирующие спортивную деятельность. Значение спортивных достижений, их личностная и общекультурная роль.<br>- Социальные функции спорта, его место в системе общественных явлений и отношений. | Устный опрос |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | - Общая характеристика функций спорта<br>- Классификация видов спорта | |
| 2. | Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность | - Место спортивных соревнований в системе многолетней подготовки спортсмена. Спортивные достижения и проблемы их оценки<br>- Классификация соревнований различного уровня<br>- Структура соревновательной деятельности<br>- Документы, регламентирующие соревновательную деятельность<br>- Способы проведения и характер соревнований | Тестовый опрос |
| 3. | Система спортивной подготовки | - Отправные положения концепции системы подготовки спортсмена.<br>- Цель, задачи и принципы спортивной подготовки<br>- Средства и методы спортивной тренировки<br>- Адаптация к тренировочным нагрузкам. Характеристика нагрузок в спортивной тренировке.<br>- Виды подготовки спортсмена: техническая, физическая, тактическая, интеллектуальная, психическая, интегральная<br>- Внетренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки и соревновательной деятельности спортсменов | Практическое задание. Тестовый опрос |
| 4 | Структура тренировочного процесса | - Этапы многолетней подготовки спортсменов<br>- Макроструктура процесса подготовки спортсменов<br>- Мезоструктура процесса подготовки спортсменов<br>- Микроструктура процесса подготовки спортсменов<br>- Тренировочные занятия<br>- Спортивная форма и ее критерии | Практическое задание. Тестовый опрос. |
| 5. | Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки | - Цель, задачи, организация спортивного отбора и ориентации<br>- Критерии спортивного отбора и ориентации<br>- Этапы спортивного отбора и ориентации | Устный опрос |
| 6. | Контроль в спортивной тренировке | - Виды контроля: оперативный, текущий, итоговый<br>- Средства, методы контроля, требования к показателям контроля<br>- Контроль физической подготовленности<br>- Контроль технической подготовленности | Устный опрос |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | - Контроль тактической подготовленности<br>- Контроль психической подготовленности<br>- Контроль соревновательной подготовленности<br>- Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок<br>- Комплексный контроль в спорте | |
| 7. | Развитие спорта в современных условиях | - Проблемы развития детско-юношеского спорта<br>- Проблемы развития спорта высших достижений<br>- Проблемы развития олимпийского движения | Доклад с презентацией |
| | | **ИТОГО** | **108** |

5.ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ:

*очная форма обучения*

| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего часов |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Л | СЗ | СРС | |
| 1. | Сущность спорта и спортивной деятельности, функции спорта. | 2 | - | 4 | 6 |
| 2. | Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность | 2 | 4 | 8 | 14 |
| 3. | Система спортивной подготовки. | 2 | 6 | 12 | 20 |
| 4. | Структура тренировочного процесса | 4 | 6 | 12 | 22 |
| 5. | Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки | 1 | 2 | 6 | 9 |
| 6. | Контроль в спортивной тренировке | 1 | 4 | 6 | 11 |
| 7. | Развитие спорта в современных условиях | - | 2 | 4 | 6 |
| Всего: | | 12 | 24 | 52 | 88 |
| Подготовка к промежуточной аттестации | | | | | 18 |
| Предэкзаменационная консультация | | | | | 2 |
| **ИТОГО** | | | | | **108** |

*заочная форма обучения (в том числе ускоренная)*

| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего часов |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Л | СЗ | СРС | |
| 1. | Сущность спорта и спортивной деятельности, функции спорта. | - | - | 8 | 8 |
| 2. | Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность | - | 2 | 10 | 12 |
| 3. | Система спортивной подготовки. | 2 | 2 | 14 | 18 |
| 4. | Структура тренировочного процесса | 2 | 2 | 14 | 18 |
| 5. | Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки | - | 1 | 10 | 11 |
| 6. | Контроль в спортивной тренировке | - | 1 | 10 | 11 |
| 7. | Развитие спорта в современных условиях | - | - | 10 | 10 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Всего: | 4 | 8 | 76 | 88 |
| Подготовка к промежуточной аттестации | | | | 18 |
| Предэкзаменационная консультация | | | | 2 |
| **ИТОГО** | | | | **108** |

6.ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

**6.1. Основная литература**

| № п/п | Автор, наименование | Кол-во экземпляров | |
|---|---|---|---|
| | | библиотека | кафедра |
| 1. | **Анцыперов В. В.** Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика [Электронный ресурс]. Часть 1/ В. В. Анцыперов, Е. А. Широбакина; Волгоградская гос. акад. физ. культуры. – Волгоград, 2013. – 105 с. - (РУКОНТ). | 50 | - |
| 2. | **Гинзбург, М. Л.** Спортивная кардиология: учебное пособие ... для подготовки бакалавров / М. Л. Гинзбург; МГАФК. - Малаховка, 2017. - 124 с. - Библиогр.: с. 120-122. | 25 | - |
| 3. | **Граевская, Н. Д.** Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. - М.: Спорт и человек, 2018. - 707 с.: ил. - Библиогр.: в каждой главе. - ISBN 978-5-906839-52-7 | - | - |
| 4. | **Гришина Ю. И.** Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учебное пособие / Ю. И. Гришина. - Изд. 4-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2014. - 248 с.: ил. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 244-245. - ISBN 978-5-222-21447-3 | 30 | - |
| 5. | **Губа, В. П.** Теория и методика футбола: учебник / В. П. Губа, А. В. Лексаков. - 2-е изд. - М.: Спорт, 2018. - 621 с. : ил. - Библиогр.: с. 618-621. - ISBN 978-5-9500179-8-8 | 20 | - |
| 6. | **Допинг в спорте: от А до Я**: учебное пособие / Т. И. Долматова [и др.]; МГАФК. - Малаховка, 2017. - 164 с.: ил. - Библиогр.: с. 153-154. | 100 | - |
| 7. | **Зуев, В. Н.** Управление системой спортивного соревнования на федеральном и региональном уровнях: учебное пособие / В. Н. Зуев. - М.: Физическая культура, 2016. - 256 с.: ил. - ISBN 978-5-9746-0190- 3 | 25 | - |
| 8. | **Кыласов, А. В.** Мировая система спорта: учебное пособие / А. В. Кыласов. - М., 2017. - 125 с. - Библиогр.: с. 118-125. - ISBN 978-5-9908217-8-1 | 20 | - |
| 9. | **Михайлов, С. С.** Биохимия двигательной деятельности: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. - М.: Человек: Спорт, 2018. - 290 с.: ил. - Библиогр.: с. 290. - ISBN 978-5-906132-23-9 | 70 | - |
| 10. | **Погосян, М. М.** Спортивный массаж: учебное пособие. В 2 т. Т. 1 / М. М. Погосян; МГАФК. - Изд. 2-е, доп. и перераб. - Малаховка, 2018. - 402 с.: ил. - Библиогр.: с. 395-398. - Т. 1 | 50 | - |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11. | **Погосян, М. М.** Спортивный массаж: учебное пособие. В 2 т. Т. 2 / М. М. Погосян; МГАФК. - Изд. 2-е, доп. и перераб. - Малаховка, 2018. - 131 с.: ил. - Библиогр.: с. 122-129. - Т. 2 | 50 | - |
| 12. | **Теория и методика избранного вида спорта** (вольная борьба) [Электронный ресурс]: метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов / сост.: Г. С. Султанахмедов [и др.]; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. – М., 2015.- (РУКОНТ). | 100 | - |
| 13. | **Теория и методика обучения базовым видам спорта** (подвижные игры) [Электронный ресурс]: метод. рек. по самостоятельному изучению дисциплины / Е. Л. Жарикова, Е. В. Кузнецова, Е. С. Салахудинова, А. М. Томашевич; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. – М., 2013. – 19 с. - (РУКОНТ). | 100 | - |
| 14. | **Теория и методика физической культуры**: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 3-е изд., стереотип. // - М.: Советский спорт, 2007. - 463 с. | 51 | - |
| 15. | **Теория и методика физического воспитания и спорта**: учебное пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 5-е изд., стереотип. // М.: ACADEMIA, 2007. - 478 с. | 99 | - |
| 18. | **Физическая культура и спорт: методология, теория, практика**: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И. С. Барчуков, А. А. Нестеров; под ред. Н. Н. Маликова. // М.: Академия, 2006. - 528 с.. | 25 | - |
| 19. | **Фискалов В. Д.** Теоретические основы и организация подготовки спортсменов [Макрообъект]: 1учебное пособие / В. Д. Фискалов; ВГАФК. - Волгоград, 2010. - ил. - Библиогр.: в конце каждой главы. | 50 | - |
| 20. | Формирование комплексов внетренировочных средств повышения работоспособности спортсменов скоростно-силовых видов спорта в годичном цикле подготовки: учебно-методическое пособие / Т. А. Сидоренко [и др.] ; МГАФК ; под ред. А. Н. Тамбовского. - Малаховка, 2016. - 52 с. : ил. - Библиогр.: с. 46-49 | 16 | - |
| 21. | **Чесноков, Н. Н.** Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва: методическое пособие / Н. Н. Чесноков, А. П. Морозов. - М., 2016. - 136 с.: ил. - Библиогр.: с. 123-126. - ISBN 978-5-905395-43-7 | 25 | - |

**6.2. Дополнительная литература**

| № п/п | Автор, наименование | Кол-во экземпляров | |
|---|---|---|---|
| | | библиотека | кафедра |
| 1. | **Двейрина О. А.** Теория спорта - конспекты лекций, вопросы для самопроверки и задания по УИРС [Макрообъект]: учебно-методическое пособие / О. А. Двейрина; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 2003. - Библиогр.: с. 121-124. | 25 | - |
| 2. | **Виноградов Г. П.** Теория спортивной тренировки [Макрообъект]: учебное пособие / Г. П. Виноградов; | 50 | - |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 1999. - табл. - Библиогр.: с. 102-103. - ISBN 5-7065-0374-5. | | |
| 3. | **Гомельский, Е. Я.** Основные направления подготовки спортивного резерва в баскетболе: методическое пособие / Е. Я. Гомельский. - М., 2017. - 269 с. - Библиогр.: с. 256. - ISBN 978-5-905395-51-2 | 50 | - |
| 4. | **Кулиненков, О. С.** Медицина спорта высших достижений / О. С. Кулиненков. - М.: Спорт, 2016. - 318 с.: ил. - Библиогр.: с. 307-314. - ISBN 978-5-9907239-6-2 | 15 | - |
| 5. | **Курамшин Ю. Ф.** Высшие спортивные достижения как объект системного анализа [Макрообъект]: монография / Ю. Ф. Курамшин; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - 2-е изд., доп.; Электрон, дан. - СПб., 2002. - табл. - Библиогр.: с. 144-145. | 100 | - |
| 6. | **Рубцов, А. В.** Адаптивный спорт: учебное пособие / А. В. Рубцов. - М., 2018. - 176 с. - (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). - Библиогр.: с. 174-177. - ISBN 978-5-00129-020-9 | 30 | - |
| 7. | **Теория и методика физической культуры**: учебник / А. М. Максименко. // М.: Физическая культура, 2005. - 533 с. | 150 | - |
| 8. | **Физическое воспитание: теория, методика, практика**: учебное пособие для ИФК / Ю. В. Менхин. - 2-е изд., перераб, и доп. - М.: СпортАкадемПресс: Физкультура и спорт, 2006. - 310 с.: ил. - Библиогр.: с. 294 - 309. - ISBN 5-813-40151-2 : 141.30 | 100 | - |
| 9. | **Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте**. Общая теория и ее практические приложения /В.Н.Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – | 48 | - |
| 10. | **Теория и методика физической культуры и спорта**: учебная программа для студентов заочной формы обучения / Ф. Г. Бурякин // МГАФК. - Малаховка, 2008. - 41 с. | 35 | - |
| 11. | **Теория и методика обучения предмету "физическая культура»:** учебное пособие для студентов вузов / Ю. Д. Железняк, В. М. Минбулатов. // - М.: Академия, 2004. - 268 с. | 100 | - |
| 12. | **Теория и методика физической культуры**: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 2-е изд., испр. // - М.: Советский спорт, 2004. - 463 с. | 175 | - |
| 13. | **Теория и методика физического воспитания и спорта**: учебное пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стереотип. // М.: ACADEMIA, 2004. - 478 с. | 74 | - |
| 14. | **Управление подготовкой в спорте**: монография / А. К. Тихомиров; МГАФК. - Малаховка, 2010. - 229 с. : ил. - Библиогр.: с. 220-227 | 43 | - |
| 15. | **Шевелева, О. В.** Атлет и этикет / О. В. Шевелева. - М.: Спорт, 2016. - 167 с. - (В помощь спортсмену). - Библиогр.: с. 159-162. - ISBN 978-5-906839-26-8 | 10 | - |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 16. | **Чесноков, Н. Н.** Управление спортивной подготовкой высококвалифицированных спортсменов : монография / Н. Н. Чесноков, В. Г. Никитушкин, А. П. Морозов. - М., 2017. - 247 с. - Библиогр.: с. 246-247. - ISBN 978-5-905395-49-9 | 15 | - |
| 17. | **Электрокардиограмма спортсмена: норма, патология и потенциально опасная зона** / Г. А. Макарова [и др.]. - М.: Спорт, 2018. - 254 с.: ил. - (Библиотечка спортивного врача и психолога). - Библиогр.: с. 237-253. - ISBN 978-5-9500178-8-9 | 15 | - |
| 18. | **Яковлев Б. А.** Словарь по дисциплине "Теория и методика избранного вида спорта (гольф)"[Электронный ресурс]: для студентов РГУФКСМиТ / Б. А. Яковлев; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). – М., 2015. – 61 с. : ил. - (РУКОНТ). | 20 | - |

7.ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫХ И ПОИСКОВЫХ СИСТЕМ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

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

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

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

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

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

Для проведения лекционных и семинарских занятий:

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

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

- учебно-методическая литература: учебники, учебные пособия, научная и специальная литература, периодическая литература в библиотеке и читальном зале

МГАФК; методический кабинет академии № 426; кабинет для самостоятельной подготовки студентов № 409.

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

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

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

- обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;
- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);
- портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи«ElBrailleW14J G2;
- принтер Брайля;
- портативное устройство для чтения и увеличения.

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

- акустическая система FrontRowtoGo в комплекте (системы свободного звукового поля);
- FM- приёмник ARC с индукционной петлей;
- FM-передатчик AMIGO T31;
- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

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

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

*Приложение к Рабочей программе дисциплины*
*«Теория и методика спорта»*

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»

---

Кафедра Теории и методики спорта

УТВЕРЖДЕНО
Проректор по образовательной и
научно-исследовательской деятельности
канд. филол. наук, доцент
М.С. Степанов

_____
«23» июня 2026 г.

**Фонд оценочных средств**

**по дисциплине**
**«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА»**

**Направление подготовки:** 49.03.04 Спорт

---

*(уровень высшего образования – бакалавриат)*

***ОПОП: Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании; Спортивная подготовка в индивидуальных и командных видах спорта***

**Форма обучения**
Очная /заочная

Программа рассмотрена и одобрена
на заседании кафедры
(протокол № 11, от 05.06.2026 г.)
Заведующий кафедрой,
Д-р.пед. наук, профессор, К.С. Дунаев

_____

Малаховка, 2026 год

**Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине**
**«Теория и методика спорта»**

| Формируемые компетенции | Трудовые функции | ЗУНы | Индикаторы достижения ***(проверяемые действия)*** |
|---|---|---|---|
| УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. | ПС 05.002- ТП Проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6) ПС 05.003 – Т Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки, занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | Знает: порядок составления отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) Умеет: выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки Имеет опыт: приемами анализа и оценки динамики антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на разных этапах подготовки и обучающихся | Осуществляет поиск необходимой информации, опираясь на результаты анализа поставленной задачи. Разрабатывает варианты решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации |
| УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | ПС 05.002- ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6) ПС 05.003 - Т: Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся (А/01.5) ПС 01.003 – ПДО: Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы (А/01.6) | Знает: цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки, цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, основы методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий Умеет: планировать тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, в соответствии с | Планирует тренировочный процесс, определяет способы проведения занятий |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | федеральными стандартами спортивной подготовки<br>Имеет опыт: навыком выбора средства и методов тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные | |
| ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста | ПС 05.002- ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6)<br>ПС 05.003 – Т: Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки, занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (С/02.6) | Знает: Формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям<br>Умеет: планировать содержание тренировочного процесса тренировочного этапа на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом динамики подготовленности, показателей контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся<br>Имеет опыт: определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели выполнения занимающимися нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта, по игровым видам спорта - не ниже | Определяет направленность тренировочного процесса с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | первого спортивного разряда | |
| ОПК-2. Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования | ПС 05.002 – ТП: Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией (А/02.6) | Знает: цели спортивного отбора, требования к организации отбора, содержание методик спортивного отбора и ориентации<br>Умеет: реализовывать мероприятия спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования<br>Имеет опыт: планированием мероприятий спортивного отбора и спортивной ориентации в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в организациях дополнительного образования | Выбирает средства отбора двигательно одаренных детей. Анализирует результаты социологических, педагогических, медико-биологических и психологических данных отбора. |
| ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. | ПС 05.002 – ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6)<br>Проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6)<br>ПС 05.003 – Т: Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки (С/03.6)<br>ПС 01.003 – ПДО: Организация деятельности обучающихся, | Знает: формы, методы и средства тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, формы, методы и средства предметной области Физическая культура и спорт<br>Умеет: осуществлять тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными | Определяет средства, методы проведения тренировочного процесса в зависимости от вида тренировочного занятия и этапа тренировочного процесса |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы (А/01.6) | стандартами спортивной подготовки и образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в сфере физической культуры и спорта<br>Имеет опыт: навыком проведения тренировок по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специальных подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств занимающихся | |
| ОПК-4. Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. | ПС 05.002 – ТП: Планирование содержания занятий физической культурой и спортом (А/01.6)<br>ПС 05.003 – Т: Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки (С/03.6)<br>ПС 01.003 – ПДО: Организация дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности (С/03.6) | Знает: технологию спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)<br>Умеет: обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по видам спорта<br>Имеет опыт: приемами контроля физического, функционального и психического состояния занимающихся во время проведения тренировочных занятий. Разработкой документации для проведения занятий, соревнований и физкультурно-оздоровительных мероприятий, выполнения с занимающимися комплекса упражнений по общефизической подготовке (упражнения для гармоничного развития силы мышц; | Регулирует тренировочные нагрузки в ходе тренировочного занятия. Анализирует тренировочные нагрузки, полученные учеником в течение микроцикла и мезоцикла |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в | |
| ОПК-5. Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях | ПС 05.003 – Т: Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки (С/03.6)<br>ПС 05.002 – ТП: Проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6) | Знает: содержание спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)<br>Умеет: обосновывать выбор средств и методов воспитания обучения и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучающихся.<br>Имеет опыт: приемами регулирования нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, включая факторы, ограничивающие нагрузку занимающихся на этапах спортивной подготовки | Планирует годичный цикл подготовки спортсменов на различных этапах тренировочного процесса<br>Рационально распределяет техническую, физическую, тактическую, психологическую подготовку для формирования спортивной формы |
| ОПК-9. Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся. | ПС 05.002 – ТП: Организация участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях (А/05.6) | Знает: положения теории и методики физической культуры и спорта, правила вида спорта, требования к присвоению спортивных разрядов и званий в соответствии с ЕВСК<br>Умеет: анализировать соревновательную деятельность и ее результаты для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, | Способен организовывать соревновательные мероприятия.<br>Может оформить документы для присвоения спортивных разрядов и званий |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | спортивных и физкультурных мероприятиях<br>Имеет опыт: навыком оценивания результативности спортивной подготовки на тренировочном этапе, определения резервов, эффективных средств и методов повышения результативности тренировочного процесса | |
| ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма. | ПС 05.002 – ТП: Обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом (А/07.6)<br>Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки (В/03.5)<br>ПС 01.003 – ПДО: Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы (А/01.6) | Знает: способы предотвращения возникновения причин травматизма<br>Умеет: обеспечивать условия для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта и дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта<br>Имеет опыт: навыком определения признаков перенапряжения и переутомления занимающихся, определять величину нагрузки, адекватную индивидуальным возможностям занимающихся | Обеспечивает безопасное проведение тренировочных и соревновательных мероприятий |
| ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития | ПС 05.002 – ТП: Осуществление учета и контроля подготовленности с использованием методик измерения и оценки (А/09.6) | Знает: основные функции и формы контроля подготовленности: годичный, этапный, текущий, оперативный<br>Умеет: выявлять и оценивать уровень и качество аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности | Осуществляет контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов |

| | | | |
|---|---|---|---|
| спортсменов, в том числе с использованием методик измерения и оценки. | | Имеет опыт: приемами сбора, оценивания, анализа и учета необходимой информации о реальном ходе тренировочного и образовательного процесса | |

## 1. Типовые контрольные задания:

### *1.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (экзамена).*

| | |
|---|---|
| 1. | Понятия «спорт», «спортивная деятельность». |
| 2. | Понятие «спортивная тренировка» |
| 3. | Соотношение понятий «спорт», «физическая культура», «культура» |
| 4. | Функции спорта |
| 5. | Классификация видов спорта |
| 6. | Средства спортивной тренировки |
| 7. | Классификация упражнений как средств подготовки спортсмена |
| 8. | Общая характеристика подготовки спортсмена |
| 9. | Техническая подготовка спортсмена |
| 10. | Оценка технической подготовленности спортсмена |
| 11. | Физическая подготовка спортсмена |
| 12. | Оценка физической подготовленности спортсмена |
| 13. | Тактическая подготовка спортсмена |
| 14. | Оценка тактической подготовленности спортсмена |
| 15. | Психологическая подготовка спортсмена |
| 16. | Оценка психологической подготовленности спортсмена |
| 17. | Интеллектуальная подготовка спортсмена |
| 18. | Оценка интеллектуальной подготовленности спортсмена |
| 19. | Спортивная форма, ее критерии |
| 20. | Соревновательная деятельность в спорте |
| 21. | Основные функции спортивных соревнований |
| 22. | Спортивные результаты и критерии их оценки |
| 23. | Способы проведения спортивных соревнований |
| 24. | Классификация спортивных соревнований |
| 25. | Календарь соревнований как ведущий компонент планирования тренировочного процесса |
| 26. | Требования к присвоению спортивных разрядов и званий |
| 27. | Судейская коллегия, судейская бригада. Функциональные обязанности судей спортивных соревнований (на примере избранного вида спорта) |
| 28. | Понятия «спортивная ориентация» и «спортивный отбор», «спортивная селекция» |
| 29. | Виды спортивного отбора |
| 30. | Этапы спортивного отбора |
| 31. | Общие принципы спортивной тренировки |
| 32. | Специальные принципы спортивной подготовки |
| 33. | Спортивная тренировка как многолетний процесс. |
| 34. | Сущность и значение планирования в спорте |
| 35. | Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах |
| 36. | Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле |

| | |
|---|---|
| 37. | Мезоциклы спортивной тренировки |
| 38. | Мезоциклы спортивной тренировки |
| 39. | Микроциклы спортивной тренировки |
| 40. | Тренировка, как основная форма подготовки спортсмена |
| 41. | Структура тренировочного занятия |
| 42. | Виды и формы тренировочных занятий |
| 43. | Общепедагогические методы спортивной тренировки |
| 44. | Нагрузка и отдых как компоненты тренировочного процесса |
| 45. | Внетренировочные и внесоревновательные факторы, дополняющие спортивную тренировку и соревнование |
| 46. | Факторы, влияющие на рост спортивных достижений |
| 47. | Методика развития гибкости как физического качества спортсмена |
| 48. | Методика развития координационных способностей спортсмена |
| 49. | Методика развития быстроты как физического качества спортсмена. Скоростные способности спортсмена |
| 50. | Методика развития выносливости как физического качества спортсмена |
| 51. | Методика развития силы как физического качества спортсмена |
| 52. | Методы строго регламентированного упражнения в спорте |
| 53. | Методы частично регламентированного упражнения в спорте |
| 54. | Равномерный метод тренировки |
| 55. | Переменный метод тренировки |
| 56. | Повторный метод тренировки |
| 57. | Интервальный метод тренировки |
| 58. | Круговой метод тренировки |
| 59. | Общепедагогические методы, применяемые в подготовке спортсмена |
| 60. | Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок |
| 61. | Формы контроля в спорте |
| 62. | Учет в процессе подготовки спортсмена |
| 63. | Нормативные документы, регламентирующие деятельность тренера по подготовке спортсмена |
| 64. | Нормативные документы, регламентирующие соревновательную деятельность |

## 1.2. Тесты для опроса по дисциплине «Теория и методика спорта»

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

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

| Тест 2 | Главные спортивные соревнования сезона это - |
|---|---|
| 1. | соревнования, проводимые с целью выявления сильнейших спортсменов для комплектования сборных команд |
| 2. | *состязания, в которых спортсмену необходимо показать наивысший результат на данном этапе спортивного совершенствования, характеризуются полной мобилизацией технико-тактических и функциональных возможностей* |

| | |
|---|---|
| | *спортсмена, психологическую готовность и нацеленность на достижение данного результата* |
| 3. | соревнования, главной задачей которых является совершенствование рациональной техники и тактики соревновательной деятельности, адаптация функциональных систем организма к соревновательным нагрузкам |
| 4. | соревнования, проводимые с целью оценки уровня подготовленности к спортсмена на определенном этапе тренировок или по определенному виду подготовки |

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

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

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

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

| Тест 7 | Составными компонентами спортивных соревнований являются: |
|---|---|
| 1. | - предмет состязаний (совокупность действий спортсменов), - судейство соревнований, - средства и службы обеспечения соревнований, - зрители, – болельщики, - иерархия мест участников соревнований |

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

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

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

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

| Тест 11 | Что является предметом основного спортивного состязания и какие признаки характерны для него? |
|---|---|

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

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

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

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

**Раздел 3. Система спортивной подготовки.**

| Тест 1 | Срочная адаптация к физическим нагрузкам это: |
|---|---|

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

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

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

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

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

| Тест 6 | Метод тренировки, который характеризуется последовательным варьированием нагрузки в ходе непрерывного выполнения упражнения, путем направленного изменения скорости передвижения, темпа, ритма, амплитуды, величины усилий, смены вида техники движений |
|---|---|

| | |
|---|---|
| 1. | *Переменный* |
| 2. | Повторный |
| 3. | Интервальный |
| 4. | Равномерный |

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

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

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

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

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

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

**Раздел 4. Структура тренировочного процесса.**

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

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

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

| | |
|---|---|
| Тест 4 | Тренировочный цикл, связанный с развитием, удержанием и временной утратой спортивной формы называется |

| | |
|---|---|
| 1. | *Макроциклом спортивной подготовки* |
| 2. | Мезоциклом спортивной подготовки |
| 3. | Этапом спортивной подготовки |
| 4. | Периодом спортивной подготовки |

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

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

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

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

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

| Тест 10 | Тип мезоцикла, в котором предусматривается постепенное повышение объема и интенсивности нагрузки, применяется в начале сезона, после болезни или вынужденного перерыва, называется: |
|---|---|

| | |
|---|---|
| 1. | Базовым |
| 2. | Подготовительным |
| 3. | *Втягивающим* |
| 4. | Предсоревновательным |

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

### 1.3. Вопросы для устного опроса по дисциплине «Теория и методика спорта»

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

1 Определение основных понятий: спорт, спортивная деятельность, спортсмен, спортивное соревнование, спортивное достижение, соревновательная деятельность, спортивная тренировка, спортивная подготовка, спортивная квалификация
истоки и определяющие черты спорта и спортивной деятельности.
2. Основные факторы, регламентирующие спортивную деятельность.
3. Многообразие видов спортивной деятельности, их классификационная характеристика.
4. Функции спорта: достиженческая, подготовительная, нормативная, эвристическая, экономическая, зрелищная, рекреативная, оздоровительная, престижная, социализации, международная
5. Место спорта в системе воспитания личности.
6. Место спортивных соревнований в системе многолетней подготовки спортсмена.
7. Нормативно-правовые документы, регламентирующие соревновательную и спортивную деятельность
8. Спорт и спортивные соревнования как неотъемлемая часть культуры общества.
9. Спорт и спортивные соревнования как неотъемлемая часть культуры общества

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

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

**Раздел 6. Контроль в спортивной тренировке**

1. Виды спортивного контроля: этапный, текущий, оперативный, углубленный (комплексный), избирательный, локальный, педагогический, медико-биологический, социально-психологический
2. Цели и задачи спортивного контроля.
3. Средства и методы спортивного контроля
4. Требования к показателям спортивного контроля

5. Задачи и содержание контроля технической подготовленности
6. Задачи и содержание контроля физической подготовленности
7. Задачи и содержание контроля тактической подготовленности
8. Задачи и содержание контроля психологической подготовленности
9. Контроль соревновательной деятельности
10. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок

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

**Раздел 3. Система спортивной подготовки.**

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

**Раздел 4. Структура тренировочного процесса.**

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

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

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

## 2.Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций

Оценка качества освоения дисциплины «Теория и методика спорта» обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

***Текущая аттестация*** – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль (текущая аттестация) представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущей успеваемости по дисциплине «Теория и методика спорта» относятся:

***1. Устный опрос*** - специальная беседа преподавателя с обучающимся по темам, связанным с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., целью которой является систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.

**Критерии оценивания ответа студента при устном опросе:**

- оценка «**отлично**» выставляется обучающемуся, если полностью раскрыто содержание вопроса; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;

- оценка «**хорошо**» выставляется обучающемуся, если ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.

- оценка «**удовлетворительно**» ставится, если неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов.

- оценка «**неудовлетворительно**» ставится, если не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей, или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.

***2. Доклад с презентацией.***

**Доклад –** продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в устном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем доклада может достигать 4 – 6 стр.

**Презентация** – представление студентом наработанной информации по теме доклада в виде набора слайдов и спецэффектов, подготовленных в выбранной программе.

**Требования к оформлению презентации:** слайдов – не более 10. Размеры шрифтов: для заголовков — не менее 32 пунктов и не более 50, оптимально — 36 пункта; для основного текста — не менее 18 пунктов и не более 32, оптимально — 24 пункта. Титульный лист: первый слайд содержит название презентации, дисциплина и Ф.И.О. автора, группа. Каждый слайд имеет заголовок. Структура слайда должна быть одинаковой на всей презентации. Цветовая схема должна быть одинаковой на всех слайдах.
Презентация должна соответствовать докладу и отражать проблему, пути решения со стороны руководящих органов, мнение самого студента и перспективы развития темы. На раскрытие темы выделяется до 3 мин.

**Критерии оценки доклада:**

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

***3. Тестирование (тестовый опрос)***

Тестирование используется как способ контроля знаний студентов. Слово «тест» английского происхождения и на языке оригинала означает испытание, проверку. Тест обученности - это совокупность заданий, сориентированных на определение (измерение) уровня (степени) усвоения определенных аспектов (частей) содержания обучения.

**Критерии оценки тестирования:**

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

***4. Практические задания***

**Практическое задание** – это форма обучения, которая предполагает непосредственное участие студента в новом знании, служащем для правильного выполнения действия, приводящего к достижению цели. Цель заключается в том, чтобы сформировать у студентов практические навыки. На выполнение задания выделяется 20 мин. времени урока.

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

***Промежуточная аттестация***– оценивание учебных достижений студента по дисциплине. Проводится в конце изучения данной дисциплины. Форма промежуточной аттестации - экзамен.

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации с целью подведения итогов освоения студентами всего объема дисциплины образовательной программы, оценки прочности теоретических знаний и практических навыков.

Экзамен по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

**Критерии оценки знаний студентов на экзамене:**

- оценка **«отлично»** ставится, если: знания отличаются глубиной и содержательностью, дается полный исчерпывающий ответ, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные; студент свободно владеет научными понятиями; студент способен к интеграции знаний по определенной теме, структурированию ответа, к анализу положений существующих теорий, научных школ, направлений по вопросу билета; логично и доказательно раскрывает проблему, предложенную в билете; ответ не содержит фактических ошибок и характеризуется глубиной, полнотой, уверенностью студента; ответ иллюстрируется примерами, в том числе из собственной практики; студент демонстрирует умение вести диалог и вступать в научную дискуссию.

- оценка **«хорошо»** ставится, если: знания имеют достаточный содержательный уровень, однако отличаются слабой структурированностью; раскрыто содержание билета, имеются неточности при ответе на дополнительные вопросы; в ответе имеют место несущественные фактические ошибки, которые студент способен исправить самостоятельно, благодаря наводящему вопросу; недостаточно раскрыта проблема по одному из вопросов билета; недостаточно логично построено изложение вопроса; ответ прозвучал недостаточно уверенно; студент не смог показать способность к интеграции и адаптации знаний или теории и практики.

- оценка **«удовлетворительно»** ставится, если: знания имеют фрагментарный характер, отличаются поверхностностью и малой содержательностью содержание билета раскрыто слабо, имеются неточности при ответе на основные вопросы билета: программные материал в основном излагается, но допущены фактические ошибки; ответ носит репродуктивный характер; студент не может обосновать закономерности и принципы, объяснить факты; нарушена логика изложения, отсутствует осмысленность представляемого материала; у студента отсутствуют представления о межпредметных связях.

- оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если: обнаружено незнание или непонимание студентом сущностной части социальной психологии; допускаются существенные фактические ошибки, которые студент не может исправить самостоятельно; на большую часть дополнительных вопросов по содержанию экзамена студент затрудняется дать ответ или не дает верных ответов.