

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»



УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор

*А.В. Толстиков*  
А.В. Толстиков

29 апреля 2022 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА**  
для обучающихся по научной специальности  
5.8.5. Теория и методика спорта

### 1. Паспорт оценочных материалов по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины (модуля), вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен, с указанием семестра)	Код и содержание компетенции	Оценочные материалы
1.	Социальные аспекты спорта	ПК-13 - владение методологией фундаментальных и прикладных исследований в сфере спорта; ПК-14 - способность определять актуальные направления фундаментальных и прикладных исследований спорта.	Вопросы к собеседованию
2.	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки		Темы для дискуссии
3.	Современный взгляд на систему спортивных соревнований и соревновательной деятельности		Вопросы к собеседованию
4.	Основные стороны спортивной подготовки (современные подходы)		Темы докладов
5.	Структура многолетней подготовки		Темы для дискуссии
6.	Современные подходы и технологии спортивного отбора в процессе многолетней подготовки		Вопросы к собеседованию
7.	Моделирование в системе спортивной подготовки		Темы докладов
8.	Современные подходы к определению факторов и условий, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности		Вопросы к собеседованию конспект
	Кандидатский экзамен – 5 семестр		Контрольные вопросы к экзамену

### 2. Виды и характеристика оценочных средств

**Собеседование** – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний, обучающегося по определенному разделу (модулю).

Критерии оценивания:

- сообщение, содержащее полный, правильный и обоснованный ответ, с приведением примеров, оценивается «отлично»;
- сообщение, содержащее неполный, но правильный и обоснованный ответ, оценивается «хорошо»;

- сообщение, содержащее частично правильный ответ, оценивается «удовлетворительно»;

- сообщение, содержащее не правильный ответ, оценивается «неудовлетворительно».

**Дискуссия** (круглый стол) - оценочное средство, позволяющее включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.

Аспиранты принимают участие в дискуссии в рамках круглого стола, обсуждая спорные вопросы или проблемы, заданные преподавателем в рамках тем занятий.

Критерии оценивания:

- умение участвовать в дискуссии и аргументированно высказывать собственную точку зрения, представляя развернутую информацию, давая определения понятиям и терминам, ссылаясь на авторов научных и учебно-методических публикаций, приводить яркие примеры из практики оценивается отметкой «отлично»;

- умение участвовать в дискуссии и аргументированно высказывать собственную точку зрения, давая определения понятиям и терминам, ссылаясь на авторов научных и учебно-методических публикаций, оценивается отметкой «хорошо»;

- выступление в дискуссии недостаточно аргументированное, с недостаточным знанием понятий и терминов, оценивается отметкой «удовлетворительно»;

- выступление в дискуссии без аргументации своей позиции, оценивается отметкой «неудовлетворительно».

**Доклад, сопровождаемый презентацией.** Аспирант публично выступает с представлением результатов изучения научной и учебно-методической литературы по темам дисциплины. Позволяет оценить самостоятельную работу аспиранта, его готовность к поисковой и аналитической деятельности.

Критерии оценивания:

-выступление, содержащее полную, обоснованную, развернутую информацию с выявлением причинно-следственных связей, конкретными примерами и ссылками на авторов публикаций, с соблюдением требований к презентации, оценивается отметкой «отлично»;

- выступление, содержащее полную и частично обоснованную, развернутую информацию со ссылками на авторов публикаций, оценивается отметкой «хорошо»;

- выступление, содержащее не полную и частично обоснованную информацию без ссылок на авторов публикаций, оценивается отметкой «удовлетворительно»;

- выступление, содержащее недостоверную информацию без ссылок на авторов публикаций, оценивается отметкой «неудовлетворительно».

### 3. Оценочные средства

#### Вопросы к собеседованию

1. Основные направления в развитии спортивного движения.
2. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
3. Спортивные достижения и тенденции их развития.
4. Адаптация в спортивной тренировке.
5. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
6. Нагрузка в спортивной тренировке.
7. Соревнования как основа существования спорта.
8. Содержание и особенности соревновательной деятельности.
9. Моделирование соревновательной деятельности.
10. Система спортивных соревнований.
11. Структура многолетней подготовки.
12. Техническая подготовка (структура и методика).



13. Тактическая подготовка (структура и методика совершенствования).
14. Физическая подготовка.
15. Интегральная подготовка.
16. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.
17. Типы и виды моделей в спорте.
18. Модели подготовленности спортсмена.
19. Морфофункциональные модели спортсмена. Модели отдельных частей тренировочного процесса (микро-, мезо-, макроциклов).
20. Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
21. Спортивная тренировка в горных условиях.
22. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации.
23. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата.

### **Темы для дискуссии**

*Современный взгляд на систему спортивных соревнований и соревновательной деятельности.*

- Соревнования как основа существования спорта.
- Содержание и особенности соревновательной деятельности.
- Моделирование соревновательной деятельности.
- Система спортивных соревнований.

*Проблемы построения многолетней подготовки спортсмена:*

- Общая структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие.
- Тренировка на различных этапах многолетней подготовки.
- Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке.

### **Перечень примерных тем для подготовки доклада**

1. Гуманистические аспекты изучения спорта.
2. Концепция гуманистики спорта.
3. Предметная область и задачи спортивной генетики как новой области знания.
4. Современная система знаний, отражающих закономерности подготовки спортсменов.
5. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов и их научно-методическое обеспечение.
6. Научно-теоретические основы подготовки национальных команд ведущих спортивных стран мира.
7. Основные направления совершенствования системы подготовки в олимпийском спорте.
8. Проблема включения вида спорта в программу Олимпийских игр.
9. Классификация олимпийских видов спорта.
10. Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении.

### **Перечень вопросов к кандидатскому экзамену**

#### **Раздел I. Общие основы теории и истории спорта**

1. Спорт как социальное явление: сущность, содержание, функции.
2. Исторические предпосылки возникновения спорта.
3. Основные понятия теории спорта.
4. История возникновения олимпийского движения.
5. Современное Международное олимпийское движение.
6. Спортивные соревнования.
7. Спортивные результаты.

8. Общая характеристика средств спортивной подготовки.
  9. Физические упражнения. Классификация физических упражнений
  10. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты спортивной подготовки.
  11. Адаптация и закономерности её формирования у спортсменов.
  12. Утомление и восстановление в спорте.
  13. Проблемы переутомления и перенапряжения в спорте.
  14. Основы обучения двигательным действиям: сущность, содержание и закономерности.
  15. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения двигательным действиям.
  16. Техника двигательного действия.
  17. Общая характеристика координационных способностей: сущность, основные разновидности и сенситивные периоды развития, диагностика и методика развития.
  18. Этапы разучивания двигательного действия.
  19. Собственно силовые способности: сущность, факторы, режимы проявления, разновидности, контроль, основы методики развития.
  20. Скоростно-силовые способности: сущность, компоненты, факторы, разновидности, контроль, основы методики развития.
  21. Скоростные способности: сущность, факторы, разновидности, контроль, основы методики развития.
  22. Общая (аэробная) выносливость: сущность, факторы, методы и параметры нагрузки при ее развитии.
  23. Скоростная выносливость: сущность, факторы, разновидности, методы и параметры нагрузки при ее развитии.
  24. Силовая выносливость: сущность, факторы, методы и параметры нагрузки при ее развитии.
  25. Гибкость: сущность, факторы, разновидности, режимы, закономерности развития, контроль, основы методики развития.
- Раздел II. Теоретико-методические основы спортивной тренировки**
26. Цель, задачи, характерные черты спортивной тренировки на современном этапе развития спорта в мире.
  27. Актуальные проблемы выбора средств спортивной тренировки.
  28. Актуальные проблемы выбора методов спортивной тренировки.
  29. Специфические принципы спортивной подготовки.
  30. Актуальные проблемы выбора типа и структуры тренировочных занятий.
  31. Актуальные проблемы построения тренировочных занятий
  32. Соревновательная деятельность на современном этапе развития спорта в мире.
  33. Спортивная подготовка как многолетний процесс: сущность и основные этапы на современном этапе развития спорта в мире.
  34. Актуальные проблемы выбора содержания и направленности теоретической подготовки спортсменов.
  35. Актуальные проблемы выбора содержания и направленности технической подготовки спортсменов.
  36. Актуальные проблемы выбора содержания и направленности тактической подготовки спортсменов.
  37. Актуальные проблемы выбора содержания и направленности психологической подготовки спортсменов.
  38. Актуальные проблемы выбора содержания и направленности физической подготовки спортсменов.
  39. Актуальные проблемы периодизации процесса спортивной подготовки: общая характеристика.

40. Микроструктура спортивной подготовки: сущность и основные разновидности микроциклов на современном этапе развития спорта в мире.
41. Мезоструктура спортивной подготовки: сущность и основные разновидности мезоциклов на современном этапе развития спорта в мире.
42. Макроструктура спортивной подготовки: сущность и основные разновидности макроциклов на современном этапе развития спорта в мире.
43. Актуальные проблемы планирования спортивной подготовки в многолетних циклах.
44. Актуальные проблемы отбора и ориентации в спортивной подготовке: их сущность и этапы.
45. Спортивные способности. Прогнозирование способностей к спортивной деятельности.
46. Значение, виды, формы контроля в подготовке спортсмена.
47. Контроль за факторами внешней среды в процессе спортивной подготовки.
48. Нравственные качества и приёмы их воспитания у спортсменов.
49. Современные средства стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
50. Характеристика средств восстановления.