

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущей и промежуточной аттестации
по учебной дисциплине
«Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта»

для направления подготовки 49.03.01 Физическая культура,
профиль «Спортивная тренировка»

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Форма обучения: очная

Семестр \ Наименование дисциплины	1	2	3	4	5	6	7	8
ОПК – 3 - способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки								
Б1.Б.3.6 Теория и методика спортивной тренировки	+	+	+	+	+	+	+	+
Б1.В.ОД.1.2 Частные методики спортивной тренировки в избранном виде спорта						+	+	+
Б1.В.ДВ.7.1 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта					+			
Б1.В.ДВ.11.1 Адаптивный спорт						+		
Б2.У.1 Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков				+				
Б2.П.1 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности						+		
Б2.П.2 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности							+	
Б2.Пд Преддипломная практика								+
Б3. ВКР Защита выпускной квалификационной работы								
Этапы сформированности компетенций	1	2	3	4	5	6	7	8
ПК - 8 - способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта								
Б1.Б.2.3 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	+							
Б1.Б.3.6 Теория и методика спортивной тренировки	+	+	+	+	+	+	+	+
Б1.В.ОД.1.4 Спортивная психология			+					
Б1.В.ОД.2.1 Возрастная анатомия	+							
Б1.В.ОД.2.2 Физиология человека				+				
Б1.В.ОД.2.3 Физиология спорта				+				
Б1.В.ОД.2.4 Биомеханика двигательной деятельности		+						
Б1.В.ОД.2.5 Спортивная биохимия		+						
Б1.В.ОД.2.7. Спортивная метрология				+				
Б1.В.ДВ.2.1 Спортивная морфология			+					
Б1.В.ДВ.3.1 Спортивная генетика			+					

Б1.В.ДВ.4.1 Спортивная травматология			+					
Б1.В.ДВ.4.2 Спортивная антропология			+					
Б1.В.ДВ.5.1 Психологические особенности деятельности тренера				+				
Б1.В.ДВ.5.2 Психологические аспекты мотивации в спорте				+				
Б1.В.ДВ.7.1 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта					+			
Б1.В.ДВ.12.2 Олимпийское образование								+
Б1.В.ДВ.13.1 Медико-биологические аспекты спортивной тренировки								+
Б3.ГЭ Подготовка и сдача государственного экзамена								
Этапы сформированности компетенций	1	2	3	4	5	6	7	8
ПК - 10 - способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.								
Б1.Б.3.6 Теория и методика спортивной тренировки	+	+	+	+	+	+	+	+
Б1.В.ОД.1.8 Педагогическое мастерство тренера						+	+	
Б1.В.ДВ.5.1 Психологические особенности деятельности тренера				+				
Б1.В.ДВ.7.1 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта					+			
Б3.ГЭ Подготовка и сдача государственного экзамена								
Этапы сформированности компетенций	1	2	3	4	5	6	7	8

Форма обучения: заочная

Семестр	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Наименование дисциплины										
ОПК – 3 - способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методике физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки										
Б1.Б.3.6 Теория и методика спортивной тренировки	+	+	+	+	+	+	+	+		
Б1.В.ОД.1.2 Частные методики спортивной тренировки в избранном виде спорта						+	+	+		
Б1.В.ДВ.7.1 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта							+			
Б1.В.ДВ.11.1 Адаптивный спорт								+		

Б2.У.1 Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков						+				
Б2.П.1 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности								+		
Б2.П.2 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности									+	
Б2.Пд Преддипломная практика										+
Б3. ВКР Защита выпускной квалификационной работы										
Этапы сформированности компетенций	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ПК - 8 - способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта										
Б1.Б.2.3 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	+									
Б1.Б.3.6 Теория и методика спортивной тренировки	+	+	+	+	+	+	+	+		
Б1.В.ОД.1.4 Спортивная психология			+							
Б1.В.ОД.2.1 Возрастная анатомия			+							
Б1.В.ОД.2.2 Физиология человека					+					
Б1.В.ОД.2.3 Физиология спорта						+				
Б1.В.ОД.2.4 Биомеханика двигательной деятельности				+						
Б1.В.ОД.2.5 Спортивная биохимия			+							
Б1.В.ОД.2.7. Спортивная метрология					+					
Б1.В.ДВ.2.1 Спортивная морфология					+					
Б1.В.ДВ.3.1 Спортивная генетика					+					
Б1.В.ДВ.4.1 Спортивная травматология					+					
Б1.В.ДВ.4.2 Спортивная антропология					+					
Б1.В.ДВ.5.1 Психологические особенности деятельности тренера						+				
Б1.В.ДВ.5.2 Психологические аспекты мотивации в спорте						+				
Б1.В.ДВ.7.1 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта							+			
Б1.В.ДВ.12.2 Олимпийское образование									+	
Б1.В.ДВ.13.1 Медико-									+	

биологические аспекты спортивной тренировки											
БЗ.ГЭ Подготовка и сдача государственного экзамена											
Этапы сформированности компетенций	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
ПК - 10 - способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.											
Б1.Б.3.6 Теория и методика спортивной тренировки	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
Б1.В.ОД.1.8 Педагогическое мастерство тренера								+	+		
Б1.В.ДВ.5.1 Психологические особенности деятельности тренера						+					
Б1.В.ДВ.7.1 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта							+				
БЗ.ГЭ Подготовка и сдача государственного экзамена											
Этапы сформированности компетенций	1	2	3	4	5	6	7	8	9		

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

Контроль качества освоения дисциплины включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся проводятся в целях установления соответствия достижений обучающихся поэтапным требованиям образовательной программы к результатам обучения и формирования компетенций.

2.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования (промежуточная аттестация)

Компетенции	Показатели	Критерии в соответствии с уровнем освоения ОП			Оценочное средство
		пороговый (удовлетворительно) 55-69 баллов	стандартный (хорошо) 70-84 балла	эталонный (отлично) 85-100 баллов	
ОПК-3	Знать	Иметь общее представление об основах теории и методики физической культуры и спорта	Медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся	Требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта	Реферат

ПК-8	Уметь	Применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта	Использовать принципы и методы обучения	Разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки	Опорный контекст
	Владеть	Навыками планирования тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, и требований стандартов спортивной подготовки	Методиками проведения занятий в избранном виде спорта	Навыками проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, и требований стандартов спортивной подготовки	Проектирование групповой работы
	Знать	Истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки	Санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта	Медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта	Презентация
	Уметь	Использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки	Соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности	Использовать знания медико-биологических и психологических основ технологии спортивной тренировки	Опорный контекст

	Владеть	Умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки	Современными технологиями тренировки в избранном виде спорта	Умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, в сфере физической культуры и спорта	Проектирование групповой работы
ПК-10	Знать	Теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки	Методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта	Современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся	Реферат
	Уметь	Определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта	Анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка	Использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта	Презентация
	Владеть	Педагогическими методами (тесты) при отборе	Современными методиками определения антропометрических, физиологических и психологических параметров, физического развития индивида	Умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся	Проектирование групповой работы

2.2. Критерии и шкалы оценивания результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости

Текущий контроль предназначен для проверки хода и качества формирования компетенций, стимулирования учебной работы обучаемых и совершенствования методики

освоения новых знаний. Контролируемые разделы (темы) дисциплины, компетенции и оценочные средства представлены в таблице.

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Цели, задачи, объект, предмет дисциплины.	ПК-8	реферат; опорный конспект;
2	Понятие о системах управления.	ПК-8,10	проектирование групповой работы; подготовка электронной презентации;
3	Теоретические и практические основы управления.	ОПК-3, ПК-8	проектирование групповой работы; реферат;
4	Планирование и его виды.	ОПК-3, ПК-10	подготовка электронной презентации; опорный конспект;
5	Контроль эффективности подготовки по состоянию подготовленности.	ПК-8, ПК-10	проектирование групповой работы; реферат;
6	Модельные характеристики подготовленности.	ПК-8, ПК-10	проектирование групповой работы; подготовка электронной презентации;
7	Этапный, оперативный, текущий контроль.	ОПК-3, ПК-10	реферат; опорный конспект;
8	Анализ динамики. Коррекция подготовки.	ПК-8, ПК-10	реферат; проектирование групповой работы;

Критерии и шкала оценивания реферата

В качестве дополнительного оценочного средства студентам предлагается подготовка реферата по определенной тематике. За реферат студент может получить max 2 балла. Оценка зависит от структуры и содержания реферата и соответствия его указанной теме.

Критерии и шкала оценивания подготовки электронных презентаций

Подготовки электронной презентации оценивается в соответствии с критериями выполнения данного задания.

Оценка	Название критерия	Оцениваемые параметры
--------	-------------------	-----------------------

5 баллов	Выделение основных идей презентации	Соответствие целям и задачам практики Содержание умозаключений Вызывают ли интерес у аудитории Количество (рекомендуется для запоминания аудиторией не более 4-5)
	Содержание	Все заключения подтверждены достоверными источниками Язык изложения материала понятен аудитории Актуальность, точность и полезность содержания
	Подбор информации для создания проекта – презентации	Графические иллюстрации для презентации Статистика Диаграммы и графики Экспертные оценки Ресурсы Интернет Примеры Сравнения Цитаты и т.д.
	Подача материала проекта – презентации	Хронология Приоритет Тематическая последовательность Структура по принципу «проблема-решение»
	Логика и переходы во время проекта – презентации	От вступления к основной части От одной основной идеи (части) к другой От одного слайда к другому Гиперссылки
	Заключение	Яркое высказывание - переход к заключению Повторение основных целей и задач выступления Выводы Подведение итогов Короткое и запоминающееся высказывание в конце
	Дизайн презентации	Шрифт (читаемость) Корректно ли выбран цвет (фона, шрифта, заголовков) Элементы анимации
	Техническая часть	Грамматика Подходящий словарь Наличие ошибок правописания и опечаток
3-4 балла	Выполнение менее 60% оцениваемых параметров	

Критерии и шкала оценивания проектирования групповой работы

В процессе изучения дисциплины студенту выполняют проект в группах по избранному виду спорта.

<i>Оценка</i>	<i>Критерии</i>	<i>Расшифровка уровня критерия</i>
8 баллов	Актуальность	Очень современная тема. Отклик на событие. Новые программы и устройства.
		Продвинутая тема, интересная многим
		Углублённое изучение программного материала.

		Проработка и иллюстрирование тем базового курса
Осведомлённость		Изучено очень много источников. Освоены новые разделы темы. Осведомлённость на уровне эксперта
		Изучено достаточно много источников
		Изучено не очень много источников. Проект на уровне изученного примера рассмотренного на занятиях.
		Материал недостаточно освоен, скопирован, есть ошибки, используются термины без объяснения.
Научность		Проведено научное исследование темы. Выдвинуты новые идеи, рацпредложения. Проведён анализ. Разработан новый материал.
		Проект практико-ориентированный. Разработаны дидактические материалы.
		Проект реферативный
Значимость		Разработаны документы готовые к последующему использованию. Разработан справочник, мастер-класс, инструкция доступная любому.
		Собраны материалы, которые после изучения и доработки можно применить. Можно читать как интересную статью.
		Тема раскрыта недостаточно. Изложен материал по учебной теме, имеет значимость только для самого исполнителя.
Презентабельность (публичное представление)		Оформление в соответствии с требованиями. Полный пакет документов: отчет о работе в текстовом виде + разработанные документы+ презентация для выступления. Оригинальная презентация. Яркое выступление
		Недостатки в оформлении
		Неполный пакет документов
		Слабое оформление
Оригинальность		Индивидуальное отношение авторов проекта к процессу проектирования и результату своей деятельности. Дополнительные средства оформления. Оценивается оригинальность раскрываемой работой темы, глубина идеи работы, образность, индивидуальность творческого мышления, оригинальность используемых средств
Качество		оценивается художественный уровень произведения, дизайн элементов оформления, гармоничное цветовое сочетание, качество композиционного решения, наличие перспективы
Скорость выполнения		2- досрочно, 1 –сдан в срок, 0 – сроки сдачи нарушены
7 баллов и меньше	<i>Выполнение менее 60% оцениваемых критериев</i>	

Критерии и шкала оценивания опорного конспекта

Составление опорного конспекта — представляет собой вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию краткой информационной структуры, обобщающей и отражающей суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта - облегчить запоминание. В его составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) — опорные сигналы. Опорный конспект может быть представлен системой взаимосвязанных геометрических фигур, содержащих блоки концентрированной информации в виде ступенек логической лестницы; рисунка с дополнительными элементами и др. Опорные конспекты могут быть проверены в процессе опроса по качеству ответа студента.

	Критерии оценки	Количество баллов
1	правильная структурированность информации	1
2	наличие логической связи изложенной информации	1
3	соответствие оформления требованиям	1
4	аккуратность и грамотность изложения	1
5	работа сдана в срок.	1
	Итого:	5

2.3. Критерии и шкалы оценивания результатов обучения при проведении промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация предназначена для определения уровня освоения всего объема учебной дисциплины. Для оценивания результатов обучения при проведении промежуточной аттестации используется 100-балльная шкала.

Основные виды систем оценивания

Европейская	100-балльная	4-балльная	2-балльная
A	94-100	отлично	зачтено
A-	90-94		
B+	85-89		
B	80-84	хорошо	
B-	75-79		
C+	70-74		
C	65-69	удовлетворительно	
C-	60-64		
D	55-59		
F	50-54	неудовлетворительно	не зачтено

Критерии и шкала оценивания зачета

Шкала оценивания	Критерии оценивания	Уровень освоения компетенций
«зачтено»	Обучающийся правильно ответил на теоретические вопросы. Показал отличные знания в рамках учебного материала. Правильно выполнил практические задания.	Эталонный

	Ответил на все дополнительные вопросы	
	Обучающийся с небольшими неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал хорошие знания в рамках учебного материала. С небольшими неточностями выполнил практические задания. Ответил на большинство дополнительных вопросов	Стандартный
	Обучающийся с существенными неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал удовлетворительные знания в рамках учебного материала. С существенными неточностями выполнил практические задания. Допустил много неточностей при ответе на дополнительные вопросы	Пороговый
«не зачтено»	Обучающийся при ответе на теоретические вопросы и при выполнении практических заданий продемонстрировал недостаточный уровень знаний и умений. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов	Компетенции не сформированы

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

3.1. Оценочные средства текущего контроля успеваемости

Примерная тематика рефератов.

1. Структура и стратегия тренировки.
2. Возрастные особенности построения тренировки.
3. Динамика соотношения общефизической, специализированной и специальной подготовки.
4. Культурологические основы спортивной деятельности.
5. Структуры, механизмы, энергообеспечение и режимы мышечных сокращений.
6. Специальная силовая подготовка.
7. Влияние силовых упражнений на развитие физических качеств, двигательных умений и навыков.
8. Факторы функциональной подготовленности.
9. Значимость эффективного потребления кислорода.
10. Функциональные системы и их развитие в процессе спортивной деятельности.
11. Использование среднегорья в подготовке.
12. Факторы, средства и методы развития выносливости.
13. Зоны мощности и интенсивности физических нагрузок.
14. Структуры и механизмы нервно-мышечной регуляция движений.
15. Факторы, влияющие на координацию движений.
16. Виды координации.
17. Ловкость и координированность.
18. Повышение надёжности движений.
19. Взаимосвязь быстроты, силы и выносливости.
20. Структуры, механизмы и энергообеспечение, обеспечивающие повышение скоростно-силовой выносливости.

21. Значимость психических процессов в преодолении экстремальных физических нагрузок.
22. Средства и методы повышения скоростно-силовой выносливости.
23. Утомление и восстановление: структуры, механизмы, энергообеспечение.
24. Подходы к преодолению утомления: психологические и биологические аспекты.
25. Формирование тренировочных эффектов.
26. Значимость восстановления в спорте.
27. Разминка и заключительная часть тренировки.
28. Особенности спортивного питания.
29. Фармакологическая поддержка спортсмена: предпосылки, условия, средства и методы.
30. Борьба с допингом.
31. Режим дня спортсмена.
32. Тепловой и водный режим.
33. Физиотерапевтические процедуры: массаж, сауна и другие.

Задание по подготовке электронных презентаций.

1. Взаимоотношения между отдельными видами упражнений и внутри них в процессе развития спортивной формы.
2. Содержание и структура занятий в различных периодах подготовки
3. Содержание занятий на различных этапах спортивного совершенствования.
4. Структура предсоревновательной разминки
5. Содержание предсоревновательной разминки.
6. Структура и содержание различных типов занятий в различных периодах подготовки.
7. Особенности построения микроциклов при нескольких занятиях в течение дня.
8. Особенности построения мезоциклов при тренировке женщин.
9. Планирование средств восстановления и стимуляции работоспособности в процессе подготовки.
10. Педагогические средства восстановления работоспособности спортсменов в ИВС.
11. Психологические средства восстановления работоспособности спортсменов в ИВС.
12. Медико-биологические и гигиенические средства восстановления работоспособности спортсменов в ИВС.
13. Психологическая подготовка спортсменов в ИВС.
14. Техническая подготовка спортсменов в ИВС
15. Тактическая подготовка спортсменов в ИВС
16. Волевая подготовка в ИВС
17. Особенности учебно-тренировочной работы с женскими командами в ИВС.

Задание по проектированию групповой работы

1. Составить перспективный план подготовки спортсмена в ИВС по следующей форме: вид спорта, краткая характеристика спортсмена (возраст, уровень спортивных достижений в предыдущем году, основные недостатки в подготовленности спортсмена), цель и основные задачи тренировки недельного микроцикла.
2. Составить план тренировки спортсмена на недельный микроцикл в общеподготовительном периоде (на примере избранного вида спорта).
3. Составить план тренировки спортсмена на недельный микроцикл в специально-подготовительном периоде (на примере избранного вида спорта).
4. Составить плана тренировки спортсмена на недельный микроцикл в соревновательном периоде (на примере избранного вида спорта).

5. Составить плана тренировки спортсмена на недельный микроцикл в переходном периоде (на примере избранного вида спорта).
6. Составить план тренировки координационной направленности в избранном виде спорта.
7. Составить план тренировки технико-тактической подготовки в избранном виде спорта.
8. Составить план тренировки по общей физической подготовки в избранном виде спорта.
9. Составить план тренировки по специальной физической подготовки в избранном виде спорта.
10. Составить план тренировки в микроцикле.
11. Подготовить пакет документов для анализа проведенного занятия избранным видом спорта (протокол хронометрирования, протокол изменения ЧСС в процессе занятия, протокол определения физической нагрузки, протокол педагогического анализа занятия).
12. Подобрать содержание аутогенной тренировки для снятия стрессовых состояний спортсменов в избранном виде спорта.
13. Подобрать содержание идеомоторной тренировки для мобилизации психологических свойств спортсмена.
14. Составить проект годичного макроцикла на тренировочном этапе.
15. Составить проект годичного макроцикла на этапе спортивного совершенствования.
16. Разработать план многолетней подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

3.2. Оценочные средства промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта»:

5 семестр – зачет - необходимо набрать 55 и более баллов;

Вопросы к зачету

1. Особенности предсоревновательной разминки.
2. Общая структура занятий.
3. Основная педагогическая направленность занятий.
4. Занятия избирательной направленности.
5. Занятия избирательной и комплексной направленности
6. Нагрузка в занятии (большая, значительная, средняя, малая).
7. Типы и организация занятий.
8. Теоретическое обоснование принципов и методов спортивной тренировки.
9. Структура и стратегия тренировки.
10. Тренировочные циклы.
11. Возрастные особенности построения тренировки.
12. Средства тренировки.
13. Динамика соотношения общефизической, специализированной и специальной подготовки.
14. Культурологические основы спортивной деятельности.
15. Структуры, механизмы, энергообеспечение и режимы мышечных сокращений.
16. Типы микроциклов
17. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

18. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
19. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками
20. Структура микроциклов различных типов.
21. Особенности построения микроциклов при нескольких занятиях в течение дня.
22. Типы мезоциклов.
23. Сочетание микроциклов в мезоцикле
24. Структура мезоциклов различных типов.
25. Особенности построения мезоциклов при тренировке женщин.

4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

4.1. Описание процедур проведения текущего контроля успеваемости студентов

В таблице представлено описание процедур проведения контрольно-оценочных мероприятий текущего контроля успеваемости студентов, в соответствии с рабочей программой дисциплины, и процедур оценивания результатов обучения с помощью спланированных оценочных средств.

Наименование оценочного средства	Описания процедуры проведения контрольно-оценочного мероприятия и процедуры оценивания результатов обучения
Реферат	Реферат - продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой доклад по определённой теме, в котором собрана информация из одного или нескольких источников. Рефераты могут являться изложением содержания научной работы, статьи и т. п. Реферат оценивается преподавателем по правильности структуры и содержанию и соответствие заданной теме.
Проектирование групповой работы	Студенты разбиваются по группам в зависимости от избранного вида спорта. И выполняют групповой проект.
Подготовка электронной презентации	Подготовка электронной презентации оценивается в соответствии с критериями выполнения данного задания. Также учитывается соответствие параметров.
Опорный конспект	Опорный конспект представляет собой вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию краткой информационной структуры, обобщающей и отражающей суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта - облегчить запоминание. В его составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) — опорные сигналы. Опорный конспект может быть представлен системой взаимосвязанных геометрических фигур, содержащих блоки концентрированной информации в виде ступенек логической лестницы; рисунка с дополнительными элементами и др. Опорные конспекты могут быть проверены в процессе опроса по качеству ответа студента.

Методика оценки деятельности студента

Модуль	Номер раздела	Процедура оценивания	Оценка	
			Мин.	Макс.
1	1	реферат;	1	2
		опорный конспект;	4	5
	2	проектирование групповой работы;	6	8
		подготовка электронной презентации;	3	5
2	3	проектирование групповой работы;	6	8
		реферат;	1	2
	4	подготовка электронной презентации;	3	5
		опорный конспект;	3	5
3	5	проектирование групповой работы;	6	8
		реферат;	1	2
	6	проектирование групповой работы;	6	8
		подготовка электронной презентации;	3	5
4	7	реферат;	1	2
		опорный конспект;	4	5
	8	реферат;	1	2
		проектирование групповой работы;	6	8
		Всего:	55	80

4.2. Описание процедур проведения промежуточной аттестации

Студенты, которые не набрали за семестр достаточное количество баллов по рейтинговой системе, сдают зачет. Зачет проводится в форме собеседования по перечню теоретических вопросов. Перечень теоретических вопросов обучающиеся получают в начале семестра.

При определении уровня достижений сформированности компетенций на зачете обращается особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной дисциплины и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах дисциплины, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию обучающегося;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Критерии и шкала оценивания зачета

Шкала оценивания	Критерии оценивания	Уровень освоения компетенций
«зачтено»	Обучающийся правильно ответил на теоретические вопросы. Показал отличные знания в рамках учебного материала. Правильно выполнил практические задания. Ответил на все дополнительные вопросы	Эталонный
	Обучающийся с небольшими неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал хорошие знания в рамках учебного материала. С небольшими неточностями выполнил практические задания. Ответил на большинство дополнительных вопросов	Стандартный
	Обучающийся с существенными неточностями ответил на теоретические вопросы. Показал удовлетворительные знания в рамках учебного материала. С существенными неточностями выполнил практические задания. Допустил много неточностей при ответе на дополнительные вопросы	Пороговый
«не зачтено»	Обучающийся при ответе на теоретические вопросы и при выполнении практических заданий продемонстрировал недостаточный уровень знаний и умений. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов	Компетенции не сформированы