Приложение 5

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра организации тренерской деятельности

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев
«17» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.06.1 Методы лабораторного контроля в спортивной подготовке

Направление подготовки/специальность: 49.04.03 - Спорт

Профиль/направленность/специализация: Спорт высших достижений

Уровень высшего образования: магистратура

Квалификация: Магистр

год набора: 2026

Тамбов, 2026

Автор программы:
Кандидат педагогических наук, доцент Загузова Светлана Александровна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.03 - Спорт (уровень магистратуры) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 947).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры организации тренерской деятельности «16» июня 2026 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «17» июня 2026 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины…… 4

2. Место дисциплины в структуре ОП магистратуры…… 5

3. Объем и содержание дисциплины…… 5

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства…… 8

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 15

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 17

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 17

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-3 Способность на основе контроля состояния спортсмена корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку, использовать эффективные средства восстановления и повышения работоспособности спортсмена(ов)

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- организационно-управленческий
- тренерский

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере научных исследований), 05 Физическая культура и спорт (в сфере подготовки спортивного резерва, региональных и национальных спортивных сборных команд; в сфере управления в области физической культуры и спорта)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
- H Подготовка спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) (далее - спортивной сборной команды) к выступлениям на официальных и международных спортивных соревнованиях - H/02.7 Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды	ПК-3 Способность на основе контроля состояния спортсмена корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку, использовать эффективные средства восстановления и повышения работоспособности спортсмена(ов)	Осуществляет отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации контроля состояния спортсмена на этапах подготовки, интерпретирует результаты контроля

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-3 Способность на основе контроля состояния спортсмена корректировать тренировочную и соревновательную нагрузку, использовать эффективные средства восстановления и повышения работоспособности спортсмена(ов)

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения				
		Очная (семестр)		Заочная (семестр)		
		2	3	2	3	4

1	Научно-методическое и программно-нормативное обеспечение подготовки спортсменов различной квалификации	+		+		
2	Тренерская практика		+		+	+
3	Утомление и восстановление в спорте высших достижений	+		+		

2. Место дисциплины в структуре ОП магистратуры:

Дисциплина «Методы лабораторного контроля в спортивной подготовке» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.04.03 - Спорт.

Дисциплина «Методы лабораторного контроля в спортивной подготовке» изучается в 2 семестре.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 2 з.е.

Очная: 2 з.е.

Заочная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	**72**	**72**
Контактная работа	24	6
Лекции (Лекции)	12	2
Практические (Практ. раб.)	12	4
Самостоятельная работа (СР)	48	66
Зачет	-	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.						Формы текущего контроля
		Лекции		Практ. раб.		СР		
		О	З	О	З	О	З	
2 семестр								
1	Характеристика комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.	4	1	2	-	8	10	Опрос
2	Лабораторный контроль за подготовкой спортсменов	4	1	2	-	8	10	Опрос; Тестирование

3	Показатели тренировочных и соревновательных воздействий в тренировочном процессе.	4	-	2	1	8	14	Опрос
4	Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях	-	-	2	1	8	10	Опрос; Тестирование
5	Показатели состояния внешней среды.	-	-	2	1	8	10	Опрос; Реферат
6	Тестирование в спортивной подготовке.	-	-	2	1	8	12	Опрос

Тема 1. Характеристика комплексного контроля в системе подготовки спортсменов. (ПК-3)

Лекция.

Понятие «комплексный контроль». Педагогические, психологические, биологические, социометрические, спортивно-медицинские и другие методы и тесты. Характеристика оперативного контроля. Характеристика текущего контроля. Характеристика итогового контроля. Биохимический контроль в спорте. Теория и методика педагогического контроля в спорте. Система комплексного контроля в различных видах спорта с целью управления подготовкой юных спортсменов.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучить виды контроля в спортивной подготовке.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 2. Лабораторный контроль за подготовкой спортсменов (ПК-3)

Лекция.

Исследования ведущих специалистов в области контроля за подготовкой спортсменов в различных видах спорта. Текущий клинико-лабораторный контроль на различных этапах подготовки. Биохимические аспекты оценки адаптации организма спортсменов к напряженным физическим нагрузкам. Основные факторы обеспечения качества клинико-лабораторного контроля.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучить особенности видов контроля в подготовке спортсменов различных видов спорта.
2. Изучить особенности видов контроля у спортсменов на различных этапах подготовки (НЭ, ТЭ, ССМ, ВСМ).
3. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 3. Показатели тренировочных и соревновательных воздействий в тренировочном процессе. (ПК-3)

Лекция.

Показатели тренировочных воздействий. Показатели соревновательных воздействий в тренировочном процессе. Два направления контроля за соревновательными воздействиями: контроль за результатами соревнований в циклах подго¬товки и измерение и оценка эффективности соревновательной деятельности. Контроль за тренировочными воздействиями: сис¬тематической регистрации количественных значений характерис¬тик тренировочных упражнений, выполняемых спортсменом. Одни и те же показатели используются как для контроля, так и для планирования нагрузок. Основные показателями объема нагрузки: количе¬ство тренировочных дней; количество тренировочных занятий; вре¬мя, затраченное на тренировочную и соревновательную деятель¬ность; количество, километраж специализированных упражнений. Показатели интенсивности нагрузки: концентрация уп¬ражнений во времени; скорость выполнения упражнений; мощность выполнения упражнений.

Практическое занятие.

Показатели общей и специальной подготовки (физической, технической, психологической и интегральной) у спортсменов. Показатели тренировочных воздействий. Показатели соревновательных воздействий. Современные подходы к планированию тренировочных нагрузок спортсменов.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучить показатели тренировочных воздействий в своем виде спорта.
2. Изучить показатели соревновательных воздействий в своем виде спорта.
3. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 4. Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях (ПК-3)

Лекция.

Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях. Объективная оценка подготовленности спортсмена, специфические для вида спорта нагрузки, требующие предельной мобилизации соответствующих функциональных возможностей. Уровень их проявления колеблется под воздействием направленности и величины отдельных тренировочных нагрузок, предшествовавших обследованию, психологического состояния спортсменов и т.п. Объективное проявление функциональных возможностей спортсмена в большинстве тестов после специальной подготовки к обследованию. Подготовка заключается в устранении утомления от предшествующей тренировочной работы, настройке спортсменов на серьезное отношение к выполнению программ тестов и т.п. К поэтапному контролю спортсменов нужно, во-первых, подводить в оптимальном состоянии и, во-вторых, по возможности обеспечить стандартность условий обследования.

Практическое занятие.

Количество тестирований в макроцикле тренировочного процесса у спортсменов различной квалификации.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучить показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена.
2. Изучить методику проведения тестирования в стандартных условиях.
3. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 5. Показатели состояния внешней среды. (ПК-3)

Практическое занятие.

Учет показателей состояния внешней среды в комплексном контроле.

Климат конкретной географической местности и степень адаптации к этим условиям (температура и влажность окружающей среды, интенсивность солнечной радиации, направление ветра, атмосферное давление); состояние спортивного сооружения или соревновательных трасс (их покрытие, освещенность, размеры, микроклимат, условия скольжения на льду или снегу); качество спортивного инвентаря и оборудования, защитных сооружений; поведение зрителей (фактор своего и чужого поля); социально-психологическая обстановка в местах размещения спортсменов; объективность судейства;

продолжительность переездов, условий размещения, питания и отдыха спортсменов.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучить основные показатели внешней среды, влияющие на тренировочную и соревновательную деятельность спортсмена.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 6. Тестирование в спортивной подготовке. (ПК-3)

Практическое занятие.

Три группы тестов. Тесты, проводимые в покое. Тесты с непредельной нагрузкой. Тесты с предельной нагрузкой на максимальный результат.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучить методики проведения тестирования в покое, с непредельной и предельной нагрузкой.
2. Углубленное изучение материалов темы.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

2 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 10 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Характеристика комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.	Опрос	10	10-8 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 7-4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 3-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

2.	Лабораторный контроль за подготовкой спортсменов	Опрос	10	10-8 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 7-4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 3-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Тестирование(контрольный срез)	10	Тест состоит из 10 вопросов. 10 баллов – студент правильно отвечает на все вопросы в тесте; Каждый правильный ответ оценивается в один балл.
3.	Показатели тренировочных и соревновательных воздействий в тренировочном процессе.	Опрос	10	10-8 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 7-4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 3-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
4.	Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях	Опрос	10	10-8 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 7-4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 3-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Тестирование(контрольный срез)	10	Тест состоит из 10 вопросов. 10 баллов – студент правильно отвечает на все вопросы в тесте; Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

5.	Показатели состояния внешней среды.	Опрос	10	10-8 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 7-4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминов дисциплины. 3-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Реферат	10	10-8 баллов – студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических и эмпирических исследований современной теории последних 3-5 лет, демонстрирует оригинальные находки в решении проблемы, намечены перспективы исследования, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Грамотные ответы на дополнительные вопросы 7-5 баллов - студент грамотно выстраивает логику своего доклада по материалам реферата, раскрывает тему исследования, опираясь на результаты теоретических или эмпирических исследований последних 5 лет, демонстрирует отдельные оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены отдельными штрихами, продемонстрированы хорошие ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов. Даны грамотные ответы на отдельные дополнительные вопросы 4-2 баллов - логика выступления в отдельных местах нарушается, тема исследования раскрывается, опираясь на результаты теоретических исследований современной социологии образования последних 10 лет, отсутствуют оригинальные находки в решении проблемы, перспективы исследования намечены пунктирно, продемонстрированы средние ораторские способности, выступление сопровождается презентацией полученных результатов, ответы на вопросы требуют уточнения. 1 балл - представленные результаты в массе своей не новы, ответ представляет собой простое зачитывание текста, студент не может дать ответы на дополнительные вопросы.

6.	Тестирование в спортивной подготовке.	Опрос	10	8-10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы комплексного контроля в спорте, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их. 6-7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы комплексного контроля в спорте, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их. 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем комплексного контроля в спорте на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать. 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.
7.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
8.	Премиальные баллы		10	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 5 баллов.
9.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Опрос

Тема 1. Характеристика комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.

1 1. Понятие «комплексный контроль».
2 2. Педагогические, психологические, биологические, социометрические, спортивно-медицинские и другие методы и тесты.
3 3. Характеристика оперативного контроля.
4 4. Характеристика текущего контроля.
5 5. Характеристика итогового контроля.
6 6. Что включает медико-биологический контроль в спорте.
7 7. Что предусматривает биомеханический контроль в спорте.
8 8. Что предусматривает психологический контроль в спорте.

Тема 2. Лабораторный контроль за подготовкой спортсменов

1. Текущий клинико-лабораторный контроль на различных этапах подготовки.
2. Оценка текущего клинико-лабораторного контроля на различных этапах подготовки.

Тема 3. Показатели тренировочных и соревновательных воздействий в тренировочном процессе.

1 1. Показатели тренировочных воздействий.
2 2. Показатели соревновательных воздействий в тренировочном процессе.
3 3. Два направления контроля за соревновательными воздействиями.
4 4. Основные показателями объема нагрузки.
5 5. Показатели интенсивности нагрузки.

Тема 4. Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях

1 1. Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена.
2 2. Специфические для вида спорта нагрузки, требующие предельной мобилизации соответствующих функциональных возможностей.
3 3. Устранении утомления от предшествующей тренировочной работы.
4 4. Поэтапный контроль спортсменов на различных этапах подготовки.
5 5. Количество тестирований в макроцикле тренировочного процесса у спортсменов различной квалификации.

Тема 5. Показатели состояния внешней среды.

1 1. Климат конкретной географической местности и степень адаптации к этим условиям.
2 2. Состояние спортивного сооружения или соревновательных трасс.
3 3. Качество спортивного инвентаря и оборудования, защитных сооружений
4 4. Социально-психологическая обстановка в местах размещения спортсменов.
5 5. Объективность судейства.

Тема 6. Тестирование в спортивной подготовке.

1. Оценка психологического состояния и поведения спортсмена на соревнованиях.
2. Оценка общей и специальной физической подготовленности (на примере своего вида спорта).
3. Оценка технической подготовленности (на примере своего вида спорта).
4. Оценка эффективности техники.
5. Оценка тактической подготовленности.

Реферат

Тема 5. Показатели состояния внешней среды.

1. Учет показателей состояния внешней среды в комплексном контроле.
2. Тестирование в комплексном контроле. Три группы тестов в комплексном контроле.
3. Оперативный контроль в спортивной подготовке.
4. Текущий контроль в спортивной подготовке.
5. Этапный контроль в спортивной подготовке.
6. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
7. Контроль за состоянием и подготовленностью спортсменов.
8. Контроль за состоянием внешней среды.

Тестирование

Тема 2. Лабораторный контроль за подготовкой спортсменов

1 1. Под комплексным контролем понимают…

- совокупность организационных мероприятий для получения информации о состоянии спортсмена, осуществляемых специалистами различного профиля
- процесс определения подготовленности спортсмена
- мероприятия для обеспечения оценки различных сторон подготовленности спортсменов

1 2. Виды контроля в спортивной подготовке?

- полугодовой, годовой, многолетний
- углубленный, локальный, отдельный
- этапный, текущий, оперативный

1 3. Что рекомендуется изучать для обеспечения комплексности контроля?

- динамику состояния спортсменов и специальной работоспособности
- динамику и соотношение объемов тренировочных нагрузок различной преимущественной направленности
- тесты и методы контроля

1 4. Какие функции должен выполнять правильно организованный контроль?

- контролирующую, оценивающую, управляющую, мотивирующую
- контролирующую, специальную, управляющую, мотивирующую
- оценивающую, этапную, управляющую

1 5. Какие стороны подготовленности спортсмена оценивает комплексный контроль?

- физическую, техническую, тактическую, психологическую, интеллектуальную, интегральную
- физическую, техническую, тактическую, психологическую, интегральную
- физическую, техническую, тактическую, специальную, психологическую

Тема 4. Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях

1. Основным видом комплексного контроля является…

- медико-биологический
- педагогический
- психологический

2. Сколько видов педагогического контроля используется в практике физического воспитания?

- 3
- 5
- 4

1 1. Сколько групп тестов выделяют в комплексном контроле?

- 5
- 4
- 3

1 4. На основе комплексного контроля можно правильно оценить и внести корректировки…

- стороны подготовленности спортсменов
- программу тренировки спортсменов
- эффективность избранной направленности тренировочного процесса
- все вышеперечисленное

1 5. Контроль за факторами внешней среды включает в себя …
- адаптации к условиям (температура и влажность окружающей среды, интенсивность солнечной радиации, направление ветра, атмосферное давление)
- состояние спортивного сооружения, трасс (их покрытие, освещенность, размеры, микроклимат)
- качество спортивного инвентаря и оборудования
- поведение зрителей (фактор своего и чужого поля);
- объективность судейства
- все вышеперечисленное

1 6. Укажите какой тест выполняется с непредельной нагрузкой?
- прыжок в длину с места
- 10 подтягиваний за 10 секунд
- бег 30 м
- наклон вперед, из положения стоя

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (ПК-3)

1. Контроль в спортивной подготовке.
2. Комплексный контроль в спортивной подготовке.
3. Показатели тренировочных и соревновательных воздействий в комплексном контроле.
4. Показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена в комплексном контроле.
5. Учет показателей состояния внешней среды в комплексном контроле.
6. Тестирование в комплексном контроле. Три группы тестов в комплексном контроле.
7. Оперативный контроль в спортивной подготовке.
8. Текущий контроль в спортивной подготовке.
9. Этапный контроль в спортивной подготовке.
10. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
11. Контроль за состоянием и подготовленностью спортсменов.
12. Контроль за состоянием внешней среды.
13. Требования к показателям контроля в спортивной подготовке.
14. Действительность (информативность), надежность и объективность тестов в комплексном контроле.
15. Контроль за результатами соревнований. Изучение динамики результатов соревновательной деятельности.
16. Измерение и оценка эффективности соревновательной деятельности.
17. Оценка психологического состояния и поведения спортсмена на соревнованиях.
18. Оценка общей и специальной физической подготовленности (на примере своего вида спорта).
19. Оценка технической подготовленности (на примере своего вида спорта).
20. Оценка эффективности техники.
21. Оценка тактической подготовленности.
22. Требования к показателям контроля.

Типовые задания для зачета (ПК-3)

1 1. Под комплексным контролем понимают…

- совокупность организационных мероприятий для получения информации о состоянии спортсмена, осуществляемых специалистами различного профиля
- процесс определения подготовленности спортсмена
- мероприятия для обеспечения оценки различных сторон подготовленности спортсменов

1 2. Виды контроля в спортивной подготовке?

- полугодовой, годовой, многолетний
- углубленный, локальный, отдельный
- этапный, текущий, оперативный

1 3. Что рекомендуется изучать для обеспечения комплексности контроля?

- динамику состояния спортсменов и специальной работоспособности
- динамику и соотношение объемов тренировочных нагрузок различной преимущественной направленности
- тесты и методы контроля

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	ПК-3	Осуществляет отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации контроля состояния спортсмена на этапах подготовки, интерпрет
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ПК-3	Не умеет осуществлять отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации контроля состояния спортсмена на этапах подготовки, интерпрет

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентаци, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели. ссылки на ресурсы. соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;

- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы:

- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Григорьев О.А., Лотоненко А.В., Гостев Г.Р., Лотоненко А.А. Теоретические основы спортивной подготовки и тренировки : [учеб. пособ.]. - М.: [Еврошкола], 2010. - 181 с.

2. Никитушкин В.Г., Квашук П.В., Бауэр В.Г. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва : монография. - Москва: Советский спорт, 2005. - 230 с.

3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - 3-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2004. - 479 с.

4. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки : учеб. пособие. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 280 с.

6.2 Дополнительная литература:

1. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : наука побеждать. - М.: АСТ, Астрель, 2004. - 863 с.

2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для вузов. - М.: Академия, 2003. - 143 с.

6.3 Иные источники:

1. elibrary.tsutmb.ru - https://elibrary.tsutmb.ru/

2. Гуманитарная электронная библиотека - http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html - http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html

3. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система - http://www.biblioclub.ru

4. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система - http://www.studentlibrary.ru

5. Российская национальная библиотека - http://www.nlr.ru/

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Microsoft Windows 10
SPSS Statistic
LibreOffice

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1. Российская национальная библиотека: официальный сайт. – URL: http://nlr.ru
2. Электронная библиотека ТГУ. – URL: https://elibrary.tsutmb.ru/
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: https://elibrary.ru
4. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: https://www.prlib.ru

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.