

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

**Б1.О.33**

(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Спортивная генетика, ориентация и отбор**

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

направленность (профиль)

Тренерская деятельность и фитнес-технологии

Форма обучения: заочная

Год набора: 2026

Общая трудоемкость: 3 ЗЕ

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	5	Итого
Форма контроля	зачет	
Вид занятий		
Лекции	4	4
Лабораторные		
Практические		
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация	0,25	0,25
Контактная работа	4,25	4,25
Самостоятельная работа	100	100
Контроль	3,75	3,75
<b>Итого</b>	<b>108</b>	<b>108</b>

Рабочую программу составил(и):

завкафедрой доцент, к.пед.н. Популо Г.М.

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☒

Отсутствует

☐

Рецензент

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» декабрь 2031 г.**

**УТВЕРЖДЕНО**

На заседании кафедры

**«Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»**

---

(протокол заседания № 2 от «22» сентября 2025 г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – обеспечить глубокое теоретическое осмысление педагогических основ спортивной ориентации и спортивного отбора, привить умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности бакалавра по физической культуре.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: теория и методика физической культуры, элективные дисциплины по физической культуре и спорту, анатомия и физиология человека (спец. курс), психология и педагогика физической культуры и спорта, базовые виды двигательной деятельности, атлетическая гимнастика.

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта, учебная практика (тренировочная практика), производственная практика (тренировочная практика), производственная практика (преддипломная практика).

## 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	ОПК-2.1 Анализирует возрастные и индивидуальные особенности занимающихся для определения предрасположенности к видам спорта	Знать: теоретические основы отбора (закономерности развития спортивной одаренности, возрастные сенситивные периоды развития физических качеств, генетические и средовые факторы спортивной пригодности). Уметь: организовывать и проводить прием контрольных нормативов (ОФП и СФП) для определения уровня подготовленности на этапах начальной, углубленной и спортивной специализации. ; рассчитывать и интерпретировать антропометрические индексы, оценивать биологический возраст, анализировать соревновательную деятельность Владеть: навыками проведения батареи тестов для определения скоростно-силовых способностей, выносливости, координации, гибкости в соответствии с требованиями вида спорта.
	ОПК-2.2 Применяет методы спортивного отбора на различных этапах многолетней подготовки (массовый отбор, углубленный	Знать: нормативную базу, включающую Федеральные стандарты спортивной подготовки (ФССП) по видам спорта в части требований к результатам прохождения этапов подготовки (контрольные нормативы)

	отбор, отбор в сборные команды).	Уметь: прогнозировать на основе анализа динамики результатов прогнозировать долгосрочную успешность спортсмена (отбор на этап высшего спортивного мастерства) Владеть: навыками экспертной оценки технико-тактической подготовленности в соревновательной и тренировочной деятельности.
	ОПК-2.3 Осуществляет спортивную ориентацию занимающихся на основе результатов педагогического, медико-биологического и психологического контроля	Знать: современные методы оценки физического развития, функционального состояния кардиореспираторной системы, психофизиологических особенностей (тип ВНД, темперамент, свойства внимания). Уметь: вести разъяснительную работу с родителями и юными спортсменами о выборе вида спорта или амплуа, основываясь на объективных данных, а не субъективном желании Владеть: навыками исключения субъективизма при отборе (уменьшение фактора "личной симпатии" тренера) и соблюдения принципов гуманизма (переориентация, а не отсев неперспективных детей).

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Раздел 1 Теоретические основы спортивной ориентации и отбора	Лекции	Лекция 1 Критерии отбора – Педагогические критерии – Медико-биологические критерии – Психологические критерии – Социологические критерии Лекция 2 Отбор и ориентация для занятий различными видами спорта – Скоростно-силовые виды спорта – Циклические виды спорта – Игровые виды спорта – Единоборства – Сложнокоординационные виды спорта – Туризм	5	4	-	-	Конспекты
	Самостоятельная работа	Самостоятельное изучение литературы по разделу 1.	5	100	--	-	Практические задания
ПА	ПА		5	0,25			
	Контроль			3,75			
<b>Итого:</b>				<b>108</b>			

## **5. Образовательные технологии**

Для повышения качества образовательного процесса по дисциплине использовали следующие образовательные технологии:

### а) технологии традиционного обучения:

- лекция;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа;
- индивидуальное домашнее задание.

Методы обучения: наглядные, словесные, практические.

### б) технологии дифференцированного обучения:

- лекция-беседа;
- лекция-диалог.
- семинар с использованием метода анализа конкретной ситуации.

Методы обучения: доклад малых групп, самооценка, индивидуальное домашнее задание.

### в) технологии обучения в сотрудничестве:

- лекция-беседа;

Методы обучения: беседа, доклад малых групп.

### г) интерактивные технологии:

- проблемная лекция;
- лекция-беседа;

Методы обучения: «мозговой штурм», презентационный метод, демонстрационный метод, работа в парах, работа в группах, самооценка.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Приступая к освоению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы, особенностями текущего контроля, критериями и нормами оценки.

Студент должен:

- систематически посещать аудиторные занятия;
- изучать рекомендованную литературу;
- своевременно сдавать практические задания, необходимые для текущего контроля;
- выступить с докладом и презентационным материалом по заданным темам;
- уметь определять свой уровень здоровья;
- уметь составлять указанные комплексы оздоровительных упражнений;
- уметь решать задачи по заданным темам.

Заканчивается изучение курса зачетом.

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
5	ОПК-2	Вопросы к зачету, тестирование, творческое задание

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

7.2.1. Реферат и доклад  
(наименование оценочного средства)

#### Темы письменных работ

№ п/п	Темы
1.	Теоретическая подготовка в избранном виде спорта.
2.	Общие теоретические знания о средствах развития двигательных качеств.
3.	Научное обоснование анализа техники и тактики в избранном виде спорта.
4.	Методика (методики) обучения технике выполнения двигательных действий и пути ее совершенствования.
5.	Самоконтроль и взаимоконтроль в избранном виде спорта.
6.	Общая физическая подготовка в избранном виде спорта.
7.	Развитие основных физических качеств.
8.	Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта. Повышение уровня специальной физической подготовленности.
9.	Развитие двигательных качеств, определяющих уровень работоспособности человека в избранном виде спорта.
10.	Специальные упражнения, способствующие развитию мышечной силы, быстроты, специальной выносливости, гибкости.
11.	Психологическая и тактическая подготовка в избранном виде спорта.

№ п/п	Темы
12.	Понятие психологической подготовки. Аутогенная тренировка. Настрой. Методы психологической подготовки к участию в соревновательной деятельности.
13.	Изучение и совершенствование тактических приемов в избранном виде спорта, сущность и основные закономерности при проведении спортивных состязаний.
14.	Организация и проведение соревнований в избранном виде спорта.
15.	Роль соревнований в спорте;
16.	Сенситивные периоды развития физических качеств;
17.	Психологические средства восстановления;
18.	Медико-биологические средства восстановления;
19.	Основные положения тренировки в избранном виде спорта (понятие о тренировке, цели и задачи, принципы и средства тренировки, виды подготовки).
20.	Классификация и характеристика физических упражнений.
21.	Общая характеристика деятельности в избранном виде спорта.
22.	Основные средства подготовки в избранном виде спорта.
23.	Основные методы подготовки в избранном виде спорта
24.	Построение, содержание и планирование тренировки в избранном виде спорта.
25.	Организация и построение учебно-тренировочных занятий.
26.	Формы построения учебно-тренировочных занятий. Структура построения спортивной подготовки.
27.	Управление системой подготовки спортсмена.
28.	Содержание и основные характеристики управления.
29.	Планирование, моделирование и прогнозирование.
30.	Контроль в избранном виде спорта.
31.	Задачи, организация, планирование и учет учебно-тренировочной работы по избранному виду спорта в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах ДЮСШ.
32.	Спортивный отбор. Основные принципы и организация процесса отбора.
33.	Методы оценки психофизических качеств, двигательных способностей и специальной подготовленности. Контрольные нормативы.
34.	Воспитательная работа с юными спортсменами в избранном виде спорта.
35.	Задачи и содержание занятий в учебно-тренировочных группах. Основные средства и методы.

№ п/п	Темы
36.	Составление примерных недельных циклов тренировки по этапам подготовки.
37.	Методика спортивных тренировок разных возрастных групп.
38.	Методика спортивных тренировок в группах начальной подготовки.
39.	Методика спортивных тренировок в группах спортивного совершенствования.
40.	Определение уровня подготовленности занимающихся.
41.	Систематизация и классификация видов спорта.
42.	Составление планов спортивной тренировки в микро-, мезо- и макроциклах;
43.	Отбор в избранном виде спорта;
44.	Основные средства подготовки в избранном виде спорта.
45.	Основные методы подготовки в избранном виде спорта.
46.	Особенности психологической подготовки спортсмена.
47.	Восстановительные мероприятия.
48.	Спортивное совершенствование в избранном виде спорта.
49.	Сдача контрольных нормативов в избранном виде спорта.
50.	Организация и проведение соревнований по избранному виду спорта, в том числе организация судейства.
51.	Организация и проведение контрольных тренировок.
52.	Спортивное совершенствование в избранном виде спорта.
53.	Классификация средств спортивной тренировки.
54.	Управление и планирование в спортивной тренировке.
55.	Система спортивной и соревновательной деятельности.
56.	Общие принципы динамики нагрузок и соотношения работы преимущественной направленности.
57.	Соотношение нагрузки и ее распределение по этапам подготовки.
58.	Формы построения учебно-тренировочных занятий.
59.	Составление конспекта учебно-тренировочного занятия.
60.	Контроль в избранном виде спорта.
61.	Отбор спортсменов в избранном виде спорта в процессе многолетней подготовки.
62.	Организация и проведение соревнований (составление положения, календаря).
63.	Составление текущих, перспективных и оперативных планов спортивной подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки.
64.	Основные требования спортивного отбора в избранном виде спорта.

№ п/п	Темы
65.	Методы спортивного отбора и ориентации на этапах многолетней спортивной подготовки в избранном виде спорта.
66.	Средства оценки показателей физической (технической, тактической, психологической, интегральной) подготовленности спортсмена на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.
67.	Объективные, субъективные и смешанные критерии спортивных достижений в избранном виде спорта.

### Краткое описание и регламент выполнения

1. Начинается реферат с *титульного листа* (не нумеруется)
2. За титульным листом следует *Содержание*. Содержание - это план реферата, в котором каждому разделу должен соответствовать номер страницы, на которой он находится.

*Текст реферата.* Он делится на три части: *введение, основная часть и заключение.*

*Во введении* реферата отражают актуальность, цель, задачи, объект, предмет исследования.

*В основной части* работы необходимо раскрыть суть рассматриваемой проблемы, опираясь на источники и научную литературу.

*В заключение реферата* подводятся итоги исследования, суммируются научные результаты, даются рекомендации по дальнейшей разработке проблемы.

*Список литературы.* Список источников литературы нумеруется, работы должны располагаться в алфавитном порядке. Литература на иностранном языке (если есть) завершает список литературы. Желательно, чтобы в списке литературы были использованы как фундаментальные исследования прошлых лет, так и современные исследования по изучаемой проблеме (не старше 5 лет). Оформление списка литературы по требованиям ГОСТа: <https://www.tltsu.ru/uscienc/scientific-library/guests/>

### **Объем и технические требования, предъявляемые к выполнению реферата.**

Согласно ГОСТу и общим рекомендациям: объем: 15-20 страниц; формат бумаги – А4; поля: левое – 30 мм, правое – 15 мм, верхнее и нижнее – 20 мм; шрифт – Times New Roman, размер – 14; цвет шрифта – черный; интервал между абзацами – 0 пт.; междустрочный интервал – 1,5; выравнивание – по ширине; отступ первой строки (абзац) – 1,25 см (не допускается создание абзацной строки с помощью клавиши «Пробел»).

Оформление цитирования и требования к уникальности:

*Уникальность текста:* по стандарту нет требований к проценту оригинальности реферата. При этом введение и заключение должно быть написано полностью самостоятельно, а в тексте работы не должно быть плагиата (заимствования должны быть корректными, т.е. с указанием источника в соответствии с правилами цитирования). На цитаты, статистические и другие данные **в обязательном порядке**

даются сноски на источник информации (в сноске [1, с. 26] указывается первая цифра номер источника из библиографического списка, а вторая цифра конкретная страница источника).

#### **Критерии оценки:**

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материалом;
- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;
- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;
- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил доклад.

### **7.2.2. Комплект практических (творческих) заданий**

**Задание 1.** Составить комплекс общеразвивающих упражнений для развития:

- а. силы.
- б. быстроты.
- в. выносливости.
- г. ловкости.
- д. гибкости

**Задание 2.** Определение уровня физической подготовленности занимающихся.

**2.1.** Подбери по 3-4 упражнения (теста) для определения уровня развития:

- а. силы.
- б. быстроты.
- в. выносливости.
- г. ловкости.
- д. Гибкости.

**2.2.** Составить комплекс диагностических средств для проведения спортивного отбора на начальном этапе (этапе углубленной специализации, этапе спортивного совершенствования) спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом задач этапа, условий проведения и материально-технического обеспечения процедуры отбора.

**Задание 3.**

**3.1.** Разработать модельную характеристику самого результативного спортсмена вашей команды (группы) и провести сравнительный анализ полученных данных с индивидуальными характеристиками.

**3.2.** Выявить типологические особенности спортсменов и на этом основании сформулировать ближайшие цели их спортивной подготовки в избранном виде спорта.

#### **Критерии оценки:**

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, который задание выполняет правильно, хорошо владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, который задание выполняет с одной или двумя ошибками, владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, недостаточно владеет теоретическим материалом, недостаточно проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, не владеет теорией, не проявляет творческий подхода при решении практической задачи.

#### **1.2.3. Тестирование**

1. Спортивный отбор - это:

- а) многолетний процесс, охватывающий все периоды спортивной подготовки и основанный на всестороннем изучении способностей спортсменов, создании благоприятных предпосылок для формирования этих способностей и позволяющих успешно совершенствоваться в избранном виде;
- б) система средств оценки эффективности многолетнего процесса спортивной подготовки с учетом специфики избранного вида спорта;
- в) комплекс мероприятий, направленный на изучение и оценку условий и возможностей эффективного решения задач спортивной подготовки в избранном виде спорта.

2. В числе факторов достижения высоких спортивных результатов в конкретном виде спорта не рассматривается:

- а) индивидуальная спортивная одаренность;
- б) состояние и условия системы подготовки спортсменов в обществе;
- в) уровень международных спортивных связей;
- г) уровень спортивных достижений в стране и мировой практике.

3. Наиболее информативным методом спортивного отбора на этапе спортивного совершенствования является ....

4. Соответствие этапов спортивного отбора логике этапов спортивной подготовки

Этапы спортивного отбора	Этапы спортивной подготовки
I. Массовый просмотр и тестирование детей с целью ориентации их на занятия спортом	1) этап начальной спортивной специализации
II. Отбор перспективных спортсменов в учебно-тренировочные группы спортивных школ	2) этап предварительной базовой подготовки
III. Отбор перспективных спортсменов на юношеских и юниорских соревнованиях, комплектование групп спортивного совершенствования	3) этап спортивного совершенствования
IV. Отбор контингента с прогнозируемым спортивным результатом на уровне международных достижений; селекция в состав сборных команд России к олимпийским играм и международным соревнованиям	4) переходнoобщекондиционный этап
	5) этап углубленной спортивной специализации

5. Установите последовательность видов спортивных дисциплин по показателю оптимального возраста начала занятий, начиная с самого раннего:

- лыжные гонки,
- легкая атлетика: спринт,
- футбол,
- легкая атлетика: 5-10 тыс. м,
- баскетбол,
- лыжное двоеборье,
- легкая атлетика: марафон,
- волейбол,
- легкая атлетика: 800 - 1500 м.

6. Специфические особенности отбора начинают проявляться на этапе:

- а) предварительной подготовки;
- б) начальной спортивной специализации;

- в) углубленной спортивной специализации;
- г) спортивного совершенствования.

7. К числу показателей при оценке комплексных скоростных способностей в спортивных играх не относится:

- а) продолжительность выполнения стандартных двигательных действий без сопротивления противника;
- б) продолжительность выполнения стандартных двигательных действий в сопротивлении с противником;
- в) время прохождения со старта заданного отрезка;
- г) эффективность старта и преодоления коротких отрезков.

8. На начальном этапе спортивной подготовки предметом исследований в рамках отбора являются: способности детей и подростков к взаимодействию и ориентировке, физическое развитие детей, уровень ....

9. Соответствие направленности измерений и используемых методов отбора:

Направленность измерений	Метод отбора
I. Антропометрические данные	1) подвижная игра
II. Психомоторные измерения	2) теппинг-тест
III. Физическая подготовленность	3) жонглирование мячом
IV. Техническая подготовленность	4) прыжок в длину с места
V. Тактическая подготовленность	5)социометрия
	6) индекс массы тела к длине тела

10. Установите последовательность видов спортивных дисциплин по возрастному показателю зоны первых больших успехов:

Для мужчин	Для женщин
- легкая атлетика: бег 100 м	-легкая атлетика: бег 100 м

- легкая атлетика: бег 800 м	- легкая атлетика: бег 800 м
- легкая атлетика: бег 10000 м	-
- легкая атлетика: прыжки в высоту	- легкая атлетика: прыжки в высоту
- лыжные гонки	- лыжные гонки
- баскетбол	- баскетбол
- футбол	-

11. Комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта), называется:

- 1) тестированием достижений и развития;
- 2) диагностикой достижений и развития;
- 3) спортивным отбором;
- 4) анализом и оценкой одаренности.

12. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется:

- 1) спортивным отбором;
- 2) спортивной ориентацией;
- 3) педагогическим тестированием;
- 4) диагностикой предрасположенности.

13. Совокупность качеств личности, соответствующая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение, называется:

- 1) способностями;
- 2) природными задатками;
- 3) талантом;
- 4) индивидуальными особенностями.

14. Спортивный отбор начинается в детском возрасте и завершается в сборных командах страны для участия в Олимпийских играх. Он осуществляется в:

- 1) в два этапа;
- 2) три этапа;
- 3) четыре этапа;
- 4) пять-семь этапов.

15. На первом этапе отбора проводится массовый просмотр контингентов детей с целью их ориентации на занятия тем или иным видом спорта.

Вставка-ответ: 1) 4-5 лет;

- 2) 6-10 лет;
- 3) 11-13 лет;
- 4) 14-16 лет.

16. Перечислите основные методы спортивного отбора в процессе многолетней подготовки:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_

17. В спорте при проведении комплексного контроля (в подготовке спортсмена) регистрируются показатели:

- 1) тренировочных и соревновательных воздействий-
- 2) функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях;
- 3) состояния внешней среды;
- 4) тренировочных и соревновательных воздействий, функционального состояния и подготовленности спортсмена и состояния внешней среды.

18. Метод исследования личности, построенный на ее оценке по результатам стандартизированного задания, испытания, пробы с заранее определенной надежностью и валидностью, называется:

- 1) педагогическим экспериментом;
- 2) тестом;
- 3) математико-статистическим анализом;

4) комплексным контролем.

19. Исходя из задачи правления подготовкой спортсмена, различают следующие виды контроля:

- 1) исходный, рубежный, итоговый;
- 2) предварительный, основной, заключительный;
- 3) педагогический и медико-биологический;
- 4) оперативный, текущий, этапный.

20. Заполните пропуски, записав определения следующих понятий:

- 1) комплексный контроль - это \_\_\_\_\_
- 2) оперативный контроль - это \_\_\_\_\_
- 3) текущий контроль - это \_\_\_\_\_
- 4) этапный контроль - это \_\_\_\_\_

21. Перечислите основные показатели, характеризующие объем и интенсивность физической нагрузки, и запишите их в таблицу.

Показатели объема физической нагрузки	Показатели интенсивности физической нагрузки

22. Планирование в физическом воспитании - это:

- 1) заранее намеченная система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;
- 2) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;
- 3) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;
- 4) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.

23. Педагогический контроль в физическом воспитании - это:

- 1) система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;
- 2) прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;

- 3) правильное (по установленным критериям) оценивание знаний, двигательных умений и навыков;
- 4) целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.

24. Учебные планы и программы по физическому воспитанию для общеобразовательных школ разрабатываются:

- 1) директором школы;
- 2) зам. директора школы по учебной работе;
- 3) учителем физической культуры;
- 4) государственными органами (министерствами, комитетами).

25. Основным (исходным) документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является:

- 1) учебная программа по физическому воспитанию;
- 2) учебный план;
- 3) поурочный рабочий (тематический) план;
- 4) план педагогического контроля и учета.

26. Выберите, из перечисленных ниже, документ планирования, который включает в себя:

- 1) конкретные учебно-воспитательные задачи урока:
- 1) учебная программа по физическому воспитанию;
- 2) учебный план;
- 3) поурочный рабочий (тематический) план;
- 4) общий план работы по физическому воспитанию.

27. Выберите из перечисленных ниже документ планирования, который включает в себя теоретические сведения по физическому воспитанию:

- 1) учебная программа по физическому воспитанию;
- 2) учебный план;
- 3) поурочный рабочий (тематический) план;
- 4) общий план работы по физическому воспитанию.

28. Выберите из перечисленных ниже документ планирования, который включает в себя: основные средства физического воспитания, способы их применения и величины нагрузок на каждый урок:

- 1) учебная программа по физическому воспитанию;

- 2) учебный план;
- 3) поурочный рабочий (тематический) план;
- 4) общий план работы по физическому воспитанию.

29. Выберите из перечисленных ниже документ планирования, который включает в себя контрольные упражнения (тесты):

- 1) учебная программа по физическому воспитанию;
- 2) учебный план;
- 3) поурочный рабочий (тематический) план;
- 4) общий план работы по физическому воспитанию.

30. Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку по окончании урока (занятия) определяется с помощью контроля.  
Вставка-ответ:

- 1) оперативного;
- 2) текущего;
- 3) итогового;
- 4) рубежного.

31. Педагогическая технология - это:

- 1) основанное на общих принципах описание педагогической деятельности в определенных условиях для достижения определенной цели;
- 2) систематичное и последовательное воплощение на практике заранее спроектированного учебно-воспитательного процесса;
- 3) упорядоченная деятельность педагога и учащихся, направленная на достижение цели;
- 4) процесс, в ходе которого на основе познания, упражнения и приобретенного опыта возникают новые формы поведения и деятельности, изменяются ранее приобретенные.

32. В сфере физического воспитания преподавателями разрабатывается вся рабочая документация по планированию, исходя из отправных, официальных документов:

- 1) общего плана работы по физическому воспитанию и годового плана-графика учебного процесса;
- 2) учебного плана образовательного учреждения и государственной программы по физическому воспитанию;
- 3) поурочного рабочего (тематического) плана и плана-конспекта урока;
- 4) плана физкультурно-массовых мероприятий в режиме учебного дня и плана физкультурно-массовой и спортивной работы во внеучебное время.

33. Укажите правильную последовательность разработки основных документов планирования по физическому воспитанию в общеобразовательной школе:

- 1) план-конспект урока - поурочный рабочий (тематический) план на четверть - годовой план-график учебного процесса;
- 2) годовой план-график учебного процесса - поурочный рабочий (тематический) план на четверть - план-конспект урока;
- 3) план-конспект урока - план физкультурно-массовой и спортивной работы во внеучебное время - план физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- 4) годовой план-график учебного процесса - план физкультурно-оздоровительных мероприятий - план педагогического контроля и учета.

34. Главной целью внедрения физической культуры в систему научной организации труда в обществе является:

- 1) сокращение периода «вхождения» трудящихся в работу;
- 2) профилактика снижения работоспособности в течение рабочего дня;
- 3) содействие повышению производительности труда на базе укрепления здоровья и всестороннего гармонического физического развития трудящихся;
- 4) снижение вероятности появления типичных профессиональных заболеваний и травм у трудящихся.

### **7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

#### **7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации**

<b>№ п/п</b>	<b>Вопросы к зачету</b>
1.	Теоретическая подготовка в избранном виде спорта.
2.	Общие теоретические знания о средствах развития двигательных качеств.
3.	Научное обоснование анализа техники и тактики в избранном виде спорта.
4.	Методика (методики) обучения технике выполнения двигательных действий и пути ее совершенствования.
5.	Самоконтроль и взаимоконтроль в избранном виде спорта.
6.	Общая физическая подготовка в избранном виде спорта.
7.	Развитие основных физических качеств.
8.	Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта. Повышение уровня специальной физической подготовленности.

№ п/п	Вопросы к зачету
9.	Специальные упражнения, способствующие развитию мышечной силы, быстроты, специальной выносливости, гибкости.
10.	Основные стороны спортивной тренировки в избранном виде спорта;
11.	Комплексный контроль и учет в спортивной подготовке;
12.	Роль соревнований в спорте;
13.	Сенситивные периоды развития физических качеств;
14.	Психодиагностические и личностно-оценочные подходы в спортивном отборе
15.	Избирательные преимущественно биодиагностические критерии в спортивном отборе
16.	Спортивно-интегративные подходы в спортивном отборе.
17.	Общая характеристика деятельности в избранном виде спорта.
18.	Основные средства подготовки в избранном виде спорта.
19.	Основные методы подготовки в избранном виде спорта
20.	Построение, содержание и планирование тренировки в избранном виде спорта.
21.	Организация и построение учебно-тренировочных занятий.
22.	Формы построения учебно-тренировочных занятий. Структура построения спортивной подготовки.
23.	Планирование, моделирование и прогнозирование.
24.	Контроль в избранном виде спорта.
25.	Спортивный отбор. Основные принципы и организация процесса отбора.
26.	Методы оценки психофизических качеств, двигательных способностей и специальной подготовленности. Контрольные нормативы.
27.	Методика спортивных тренировок в группах начальной подготовки и УТГ.
28.	Методика спортивных тренировок в группах спортивного совершенствования.
29.	Определение уровня подготовленности занимающихся.
30.	систематизация и классификация видов спорта.
31.	составление планов спортивной тренировки в микро-, мезо- и макроциклах;
32.	Организация и проведение контрольных тренировок.
33.	Система спортивной и соревновательной деятельности.
34.	Нагрузки в различных зонах интенсивности.
35.	Соотношение нагрузки и ее распределение по этапам подготовки.
36.	Нормативные основы в юношеском спорте. Виды нормативных показателей.

<b>№ п/п</b>	<b>Вопросы к зачету</b>
37.	Нормативные показатели тренировочных нагрузок. Нормативные документы.
38.	Отбор на этапах спортивной подготовки.
39.	История развития избранного вида спорта.
40.	Методика обучения технике избранного вида спорта.
41.	Роль подвижных игр в спортивной ориентации и отборе.
42.	Этапы спортивного отбора
43.	Отбор на этапе начальной подготовки.
44.	Отбор на этапах базовой подготовки
45.	Отбор на этапе максимальной реализации возможностей
46.	Отбор на этапе сохранения достижений

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

<b>Семестр</b>	<b>Форма проведения промежуточной аттестации</b>	<b>Критерии и нормы оценки</b>	
	Зачет	«зачтено»	Выставляется студенту, если он по накопительному рейтингу набрал 55-100 баллов
		«не зачтено»	Выставляется студенту, если он по накопительному рейтингу набрал 54 и ниже баллов

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Белова Ю. В.	Теория и технология физического воспитания детей	учебно-методическое пособие	2018	ЭБС "IPRbooks"
2	Ветков Н. Е.	Спортивные и подвижные игры	учебно-методическое пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
3	Пиянзин А. Н., Джалилов А. А.	Теория физической культуры и спорта	учебное пособие	2017	Репозиторий ТГУ
4	Семенова, Г. И.	Спортивная ориентация и отбор для занятий различными видами спорта	учебное пособие	2015	ЭБС "IPRbooks"
5	Губа, В. П., Пресняков В. В.	Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований	учебно-методическое пособие	2015	ЭБС "IPRbooks"
6	Миллер, Л. Л.	Спортивная медицина	учебное пособие	2015	ЭБС "IPRbooks"
7	Губа, В. П.	Теория и методика современных спортивных исследований	монография	2019	ЭБС "IPRbooks"

### 8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Макеева В. С.	Теория и методика физической культуры	учебно-методическое пособие	2014	ЭБС "IPRbooks"
2	Лазунина И. В.	Учебная и профессионально-ориентированная практика студентов	электрон. учеб. пособие	2015	Репозиторий ТГУ
3	Уманец, В. А.	Спортивная генетика. Курс лекций	учебное пособие	2010.	ЭБС "IPRbooks"
4	Григорьева, И. И. Черног Д. Н., Нагорных Ю. Д.	Образование и спортивная подготовка. Процессы модернизации. Вопросы и ответы. Часть 1. Организация тренировочного процесса	электрон. текст	2016.	ЭБС "IPRbooks"

### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Scopus[Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004– . – Режим доступа : scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
  - <https://e.lanbook.com/>
  - <https://dspace.tltsu.ru/>
  - <http://www.studentlibrary.ru/>
  - <https://new.znaniium.com/>
  - <http://www.iprbookshop.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно
	Mirapolis Human Capital Management	лицензионный договор № 1346 от 24.12.2024, срок действия – до 31.12.2025 включительно

### 8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по практике

п/п	<b>Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)</b>	<b>Перечень основного оборудования</b>
	<p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. (Г-304)</p>	<p>Столы ученические трехместные (моноблоки), стол преподавательский, стул преподавательский, доска аудиторная (меловая), кафедра настольная.</p>
	<p>Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. (УЛК-402)</p>	<p>Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), ПК с выходом в сеть Интернет.</p>
	<p>Помещение для самостоятельной работы студентов. (Г-401)</p>	<p>Столы ученические, стулья ученические, ПК с выходом в сеть Интернет.</p>
	<p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся (У-202а)</p>	<p>Шкаф купе, шкаф корпусной, шкафы для документов, столы, компьютер, стул, стол овальный, МФУ, шкаф со стеклом.</p>