

**ЗАЧЕТНЫЕ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ,
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ**

по учебной дисциплине
«СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»

для направления специальности
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по современному пятиборью)»

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Сдать на положительные оценки управляемые самостоятельные работы.
2. Наличие положительных оценок на семинарских занятиях по пройденным содержательным модулям.
3. Наличие и представление учебного материала по пройденным темам содержательных модулей.
4. Защитить курсовую работу на внутригрупповой или кафедральной студенческой конференциях.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ

**по учебной дисциплине «Система подготовки в избранном виде спорта»
(современное пятиборье)**

1. Общая характеристика олимпийского движения. История развития физической культуры и спорта в Беларуси. Вклад белорусских спортсменов в олимпийский спорт и международное олимпийское движение.
2. Создание национальной системы управления физической культурой и спортом. Создание и миссия Национального олимпийского комитета Республики Беларусь. Национальные федерации по видам спорта.
3. Современный олимпийский спорт, спорт высших достижений в Республике Беларусь. Проблемы развития национального спорта и олимпийского движения.
4. Концепция построения многолетней спортивной подготовки в современном пятиборье. Общая структура многолетней спортивной подготовки и тенденции ее изменения.

5. Регламентация и проектирование многолетней спортивной подготовки в современном пятиборье. Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы спортивной подготовки в современном пятиборье.

6. Цели, задачи и содержание тренировки на различных этапах многолетней спортивной подготовки: начальной спортивной подготовки, предварительной базовой спортивной подготовки, специализированной базовой спортивной подготовки, максимальной реализации индивидуальных возможностей, сохранения достижений.

7. Продолжительность этапов многолетней спортивной подготовки. Характерные средства и методы спортивной тренировки.

8. Соотношение средств общей и специальной физической подготовки на различных этапах. Динамика тренировочных нагрузок, общей и специальной работоспособности в многолетнем аспекте.

9. Структура и содержание основных показателей учебно-тренировочного процесса на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Определение основных целей и задач.

10. Методика определения основных параметров и компонентов тренировочной нагрузки на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Особенности индивидуального и группового планирования.

11. Планирование спортивной подготовки пятиборцев в течение года. Длительность периодов макроциклов. Основные характеристики тренировочных и соревновательных нагрузок годичного цикла спортивной подготовки юных и высококвалифицированных пловцов.

12. Распределение тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле спортивной подготовки.

13. Закономерности развития спортивной формы в современном пятиборье. Критерии спортивной формы пятиборца (физиологические, психологические, педагогические).

14. Общая характеристика и особенности построения макроциклов в спортивной подготовке пятиборцев.

15. Виды и общая структура макроциклов. Периодизация годичных макроциклов. Варианты планирования макроциклов. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов.

16. Общая характеристика и особенности построения мезоциклов в спортивной подготовке пятиборцев.

17. Виды и общая структура мезоциклов. Периодизация и варианты планирования мезоциклов. Факторы и условия, влияющие на структуру мезоциклов.

18. Общая характеристика и особенности построения микроциклов в спортивной подготовке пятиборцев.

19. Виды и общая структура микроциклов. Периодизация и варианты планирования микроциклов. Факторы и условия, влияющие на структуру микроциклов.

20. Основы адаптации организма к тренировочным воздействиям различного объема, интенсивности, направленности. Характеристика и содержание понятий «перенапряжение», «переутомление», «перетренированность».

21. Особенности адаптации организма к физическим, психоэмоциональным и интеллектуальным нагрузкам. Адаптационные закономерности формирования тренированности и спортивной формы.

22. Объективные закономерности становления спортивного мастерства и спортивной формы. Проблемы утомления и восстановления в учебно-тренировочном процессе. Характеристика эффекта суперкомпенсации работоспособности.

23. Характеристика педагогического контроля в спортивной подготовке пятиборцев, его значение и содержание.

24. Структура профессионального спорта, федерация, лига, ассоциация, клуб как структурные единицы. Особенности профессионального спорта.

25. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в фехтовании.

26. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в плавании.

27. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в преодолении препятствий.

28. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в комбинированном виде.

29. Модельная характеристика спортсмена. Определение модельных характеристик сильнейших спортсменов в современном пятиборье.

30. Состояние здоровья. Показатели состояния здоровья. Профессиональные заболевания.

31. Прогнозирование спортивных результатов и его значение для программирования спортивной подготовки высококвалифицированных пятиборцев.

32. Уровень технической, тактической, психологической подготовленности и их учет при составлении плана спортивной тренировки на определенный период в соответствии с соревновательной деятельностью, квалификацией и возрастом спортсмена.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ
по дисциплине «Система подготовки в избранном виде спорта»
(современное пятиборье)

1. Общая характеристика олимпийского движения. История развития физической культуры и спорта в Беларуси. Вклад белорусских спортсменов в олимпийский спорт и международное олимпийское движение.

2. Создание национальной системы управления физической культурой и спортом. Создание и миссия Национального олимпийского комитета Республики Беларусь. Национальные федерации по видам спорта.

3. Современный олимпийский спорт, спорт высших достижений в Республике Беларусь. Проблемы развития национального спорта и олимпийского движения.

4. Концепция построения многолетней спортивной подготовки в современном пятиборье. Общая структура многолетней спортивной подготовки и тенденции ее изменения.

5. Регламентация и проектирование многолетней спортивной подготовки в современном пятиборье. Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы спортивной подготовки в современном пятиборье.

6. Цели, задачи и содержание тренировки на различных этапах многолетней спортивной подготовки: начальной спортивной подготовки, предварительной базовой спортивной подготовки, специализированной базовой спортивной подготовки, максимальной реализации индивидуальных возможностей, сохранения достижений.

7. Продолжительность этапов многолетней спортивной подготовки. Характерные средства и методы спортивной тренировки.

8. Соотношение средств общей и специальной физической подготовки на различных этапах. Динамика тренировочных нагрузок, общей и специальной работоспособности в многолетнем аспекте.

9. Структура и содержание основных показателей учебно-тренировочного процесса на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Определение основных целей и задач.

10. Методика определения основных параметров и компонентов тренировочной нагрузки на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Особенности индивидуального и группового планирования.

11. Планирование спортивной подготовки пятиборцев в течение года. Длительность периодов макроциклов. Основные характеристики тренировочных и соревновательных нагрузок годичного цикла спортивной подготовки юных и высококвалифицированных пловцов.

12. Распределение тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле спортивной подготовки.

13. Закономерности развития спортивной формы в современном пятиборье. Критерии спортивной формы пятиборца (физиологические, психологические, педагогические).

14. Общая характеристика и особенности построения макроциклов в спортивной подготовке пятиборцев.

15. Виды и общая структура макроциклов. Периодизация годовых макроциклов. Варианты планирования макроциклов. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов.

16. Общая характеристика и особенности построения мезоциклов в спортивной подготовке пятиборцев.

17. Виды и общая структура мезоциклов. Периодизация и варианты планирования мезоциклов. Факторы и условия, влияющие на структуру мезоциклов.

18. Общая характеристика и особенности построения микроциклов в спортивной подготовке пятиборцев.

19. Виды и общая структура микроциклов. Периодизация и варианты планирования микроциклов. Факторы и условия, влияющие на структуру микроциклов.

20. Основы адаптации организма к тренировочным воздействиям различного объема, интенсивности, направленности. Характеристика и содержание понятий «перенапряжение», «переутомление», «перетренированность».

21. Особенности адаптации организма к физическим, психоэмоциональным и интеллектуальным нагрузкам. Адаптационные закономерности формирования тренированности и спортивной формы.

22. Объективные закономерности становления спортивного мастерства и спортивной формы. Проблемы утомления и восстановления в учебно-тренировочном процессе. Характеристика эффекта суперкомпенсации работоспособности.

23. Характеристика педагогического контроля в спортивной подготовке пятиборцев, его значение и содержание.

24. Структура профессионального спорта, федерация, лига, ассоциация, клуб как структурные единицы. Особенности профессионального спорта.

25. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в фехтовании.

26. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в плавании.

27. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в преодолении препятствий.

28. Структура и особенности соревновательной деятельности пятиборцев в комбинированном виде.

29. Модельная характеристика спортсмена. Определение модельных характеристик сильнейших спортсменов в современном пятиборье.

30. Состояние здоровья. Показатели состояния здоровья. Профессиональные заболевания.

31. Прогнозирование спортивных результатов и его значение для программирования спортивной подготовки высококвалифицированных пятиборцев.

32. Уровень технической, тактической, психологической подготовленности и их учет при составлении плана спортивной тренировки на определенный период в соответствии с соревновательной деятельностью, квалификацией и возрастом спортсмена.

33. Порядок и формы организации научно-методического обеспечения спортивной подготовки. Учреждения, осуществляющие научно-методическое обеспечение спортивной подготовки. Координация научно-методического обеспечения спортивной подготовки.

34. Ресурсное обеспечение спорта: финансирование, физкультурно-спортивные сооружения, кадровое обеспечение спорта. Ресурсное обеспечение современного пятиборья.

35. Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для занятий современным пятиборьем техническими комиссиями Международного союза современного пятиборья (UIPM).

36. Понятие о материально-техническом обеспечении занятий современным пятиборьем. Финансирование и материальное снабжение.

37. Рациональное размещение тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря для организации учебно-тренировочного процесса в современном пятиборье.

38. Медицинское обеспечение учебно-тренировочного процесса в современном пятиборье.

39. Принципы организации комплексного контроля за подготовкой высококвалифицированных спортсменов. Система комплексного контроля за эффективностью спортивной подготовки пятиборцев.

40. Этапные, текущие и оперативные обследования пятиборцев. Выбор методов исследования, частота и условия их проведения, анализ полученных данных.

41. Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности. Фармакологическое обеспечение стимуляции работоспособности и восстановительных процедур.

42. Питание пятиборцев в различные периоды годичной спортивной подготовки. Регулирование массы тела и особенности базового питания перед спортивными соревнованиями.

43. Особенности спортивной подготовки в условиях холодного и жаркого климата, других часовых поясов. Спортивная тренировка и спортивные соревнования в различное время суток. Временная адаптация после дальних перелетов.

44. Особенности спортивной подготовки в условиях среднегорья и высокогорья. Особенности реакклиматизации и деадаптации после возвращения в условия равнины. Естественная и искусственная гипоксия в системе спортивной подготовки пятиборцев.

45. Типичные заболевания и травматизм пятиборцев и меры по их предупреждению.

46. Кинематические характеристики (пространственно-временные, временные и пространственные параметры движений) техники видов современного пятиборья.

47. Анализ техники бега: беговой шаг, положение туловища, головы, движения рук, дыхание. Индивидуализация техники бега в связи с особенностями телосложения и уровнем развития физических качеств пятиборцев.

48. Анализ техники плавания кроль на груди в согласовании движений ног, рук, головы и дыхания. Индивидуальные особенности техники плавания, устойчивость и вариативность техники в условиях эмоциональных и функциональных сдвигов.

49. Особенности стрельбы в современном пятиборье. Устойчивость и вариативность техники в условиях эмоциональных и функциональных сдвигов при сочетании с бегом различной интенсивности.

50. Особенности техники преодоления препятствий различного типа (преодолеваемых бегом, прыжками; преодолеваемых силой мышц рук, преодолеваемых перелезанием, пролезанием; финишной стенки).

51. Особенности фехтования в современном пятиборье, классификация приемов и боевых действий в фехтовании. Закрепление и совершенствование техники фехтования с учетом ее индивидуализации, развития специальных физических качеств.

52. Методика обучения и исправления ошибок в технике бега (постановка стопы, отталкивание, вынос бедра маховой ноги, движение рук, положение головы и туловища).

53. Методика обучения технике стрельбы из лазерного пистолета, технике бега, последовательность обучения и исправления ошибок в технике комбинированного вида.

54. Методика обучения (ознакомление с приемом, разучивание, совершенствование) и исправления ошибок в технике фехтования.

55. Методика обучения (ознакомление с приемом, разучивание, совершенствование) и исправления ошибок в технике преодоления препятствий.

56. Характеристика основных положений правил спортивных соревнований по современному пятиборью (органы управления, виды спортивных соревнований, формат заявки, возрастные группы, стартовый протокол и порядок старта в видах пятиборья).

57. Характеристика положений правил спортивных соревнований по фехтованию (состав судейской коллегии, обязанности судей, порядок проведения вида, требования к спортивной экипировке, виды наказаний за нарушение правил).

58. Характеристика положений правил спортивных соревнований по плаванию (состав судейской коллегии, обязанности судей, порядок проведения вида, требования к спортивной экипировке, виды наказаний за нарушение правил).

59. Характеристика положений правил спортивных соревнований по преодолению препятствий (состав судейской коллегии, обязанности судей, порядок проведения вида, требования к спортивной экипировке и снаряжению, виды наказаний за нарушение правил).

60. Характеристика положений правил спортивных соревнований по комбинированному виду (состав судейской коллегии, обязанности судей, порядок проведения вида, требования к спортивной экипировке и снаряжению, виды наказаний за нарушение правил).

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА

Баллы	Показатели оценки
10 (десять) баллов, зачтено	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
9 (девять) баллов, зачтено	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
8 (восемь) баллов, зачтено	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная</p>

	самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
7 (семь) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
6 (шесть) баллов, зачтено	Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
5 (пять) баллов, зачтено	Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий
4 (четыре) балла, зачтено	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении

	стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических и семинарских занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий
3 (три) балла, не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины; пассивность на практических и семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
2 (два) балла, не зачтено	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических и семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
1 (один) балл, не зачтено	отсутствие знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины

Десятибалльная шкала оценки представляет собой систему измерения учебных достижений студента, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности студентов в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале. Положительными являются отметки не ниже 4 (четыре) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

Результаты промежуточной аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной.