

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СОВРЕМЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ»
(ПОЧУ «СКПО»)**

**Утверждаю
Директор ПОЧУ «СКПО»
П.Ф. Зубаилова
«29» мая 2025 г.**

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОП.13 УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ

**для специальности
49.02.01 Физическая культура**

Квалификация: Учитель физической культуры

Форма обучения – очная

Дербент 2025

Оценочные материалы по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом разработаны на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик: Профессиональное образовательное частное учреждение «Современный колледж профессионального образования» (ПОЧУ «СКПО»).

Разработчик:

преподаватель ПЦК Гд Новрузов В.Ф.
(занимаемая должность) (степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК

Гуманитарных дисциплин

«28» мая 2025 г., протокол № 10

Председатель ПЦК Новрузов В.Ф.
(степ., инициалы, фамилия)

Содержание

1. Паспорт оценочных материалов.....	4
2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины.....	4
3. Формы контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины.....	6
4. Система оценивания комплекта ОМ текущего контроля и промежуточной аттестации.....	11
5. Промежуточная аттестация по учебной дисциплине	11
6. Информационное обеспечение обучения.....	12

1. Паспорт оценочных материалов

1.1. Область применения

Оценочные материалы (далее ОМ) предназначены для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины ОП.13 Управление тренировочным процессом.

ОМ включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработаны на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура и рабочей программы по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом.

1.2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	90
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	50
в том числе:	
лекционные занятия	20
практические занятия	30
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	40
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

1.3. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: Дисциплина ОП.13 Управление тренировочным процессом относится к общепрофессиональным дисциплинам и входит в профессиональный учебный цикл.

2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

ОМ позволяет оценить следующие результаты освоения по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом в соответствии с ФГОС специальности 49.02.01 Физическая культура и рабочей программой по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом:

уметь:

➤ Четко формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы развития всех двигательных качеств, определять дозирование нагрузки для спортсменов любой квалификации и возраста на различных этапах подготовки.

➤ Формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы по всем видам (физической, технической, тактической, психической и т. п.).

➤ Составлять программу тренировки на одно занятие, недельный и месячный циклы для спортсменов разного возраста, пола, спортивной классификации; определять и обосновывать соотношение ОФП и СФП, динамику объема и интенсивности нагрузки.

➤ Выполнять предварительный, промежуточный, заключительный отбор в спортивную специализацию на основе характеристик, включающих антрометрические показатели, данные физического развития, функционального состояния, технико-тактических и других показателей.

знать:

➤ Содержание основных понятий, цель, задачи, функции спорта, различия в направлениях спорта массового, резервного, высших достижений, характерные черты и тенденции современного спорта.

➤ Структуру и особенности соревновательной деятельности, типы соревнований.

- Специфические принципы, средства, методы спортивной тренировки, виды подготовки, тестирование подготовленности спортсмена.
 - Этапы многолетней подготовки; построение тренировочного занятия, микро-, мезо-макроцикла.
 - Управление тренировочным процессом, моделирование, планирование, контроль, отбор и прогнозирование в спорте.
 - Особенности спортивной подготовки в женском и юношеском спорте;
- иметь практический опыт:**
- Выполнять предварительный, промежуточный, заключительный отбор в спортивную специализацию на основе характеристик, включающих антропометрические показатели, данные физического развития, функционального состояния, технико-тактических и других показателей.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие общие компетенции, включающие в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Учебная дисциплина ОП.13 Управление тренировочным процессом в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура способствует формированию у обучающихся профессиональных компетенций:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ЛР 25. Препятствующий действиям, направленным на ущемление прав или унижение достоинства (в отношении себя или других людей).

ЛР 26. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп.

ЛР 34. Мотивированный к освоению функционально близких видов профессиональной деятельности, имеющих общие объекты (условия, цели) труда, либо иные схожие характеристики.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения – это выявление, измерение и оценивание знаний, умений и формирующихся общих и профессиональных компетенций в рамках освоения по учебной дисциплине ОП.13 Психология физического воспитания и спорта.

В соответствии с учебным планом специальности 49.02.01 Физическая культура , рабочей программой по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом предусматривается текущий и промежуточный контроль результатов освоения.

3.1 Формы текущего контроля

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении курса обучения.

Текущий контроль результатов освоения по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом происходит при использовании предусмотренных рабочей программой форм контроля, в числе которых могут быть:

- устный и письменный опрос,
- выполнение и защита практических работ,
- проверки выполнения самостоятельной работы студентов,

3.1.1. Комплект материалов для оценки сформированности общих и профессиональных компетенций учебной дисциплины в форме выполнения и защиты практических работ

Практические работы проводятся с целью усвоения и закрепления практических умений и знаний, овладения профессиональными компетенциями. В ходе практической работы студенты приобретают умения, предусмотренные рабочей программой по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом.

Тема 1. Состояние спортивной тренировки и направления ее совершенствования

Практические занятия

1. Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме.

Тема 2. Структура подготовленности спортсменов, специализирующихся в циклических видах спорта

Практические занятия

1. Примерное соотношение общей и специальной физической подготовки в годичном цикле тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации

Тема 3. Методика совершенствования подготовленности спортсменов, специализирующихся в циклических видах спорта

Практические занятия

1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта
2. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта.

Тема 4. Основы планирования спортивных тренировок и методика построения занятий и микроциклов

Практические занятия

1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта
2. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта

Тема 5. Многолетнее планирование спортивной тренировки

Практические занятия

1. Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме

Тема 6. Планирование тренировочных воздействий и факторов восстановления в виде единого комплексного процесса.

Практические занятия

1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта
2. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта

Тема 7. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена

Практические занятия

1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта
2. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта.

Тема 8. Методы совершенствования технического мастерства спортсменов

Практические занятия

1. Изучение различных методов совершенствования технического мастерства спортсменов

3.1.2. Комплект материалов для оценки сформированности общих и профессиональных компетенций по виду профессиональной деятельности в форме проверки выполнения самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа направлена на самостоятельное освоение и закрепление студентами практических умений и знаний, овладение профессиональными компетенциями.

Тематика самостоятельной работы

1. Задачи специальной физической подготовки на этапах годового цикла тренировки в различных видах спорта
2. Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме
3. Спортивная тренировка женщин.
4. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта
5. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годового цикла тренировки в различных видах спорта
6. Воспитание на занятиях спорта.
7. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта
8. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годового цикла тренировки в различных видах спорта
9. Вопросы теории технической подготовки спортсмена
10. Особенности высшего технического мастерства спортсменов.
11. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта.
12. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годового цикла тренировки в различных видах спорта.
13. Планирование спортивно-технического совершенствования спортсменов.
14. Совершенствование координационных способностей спортсменов.
15. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта.
16. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годового цикла тренировки в различных видах спорта.

4. Система оценивания комплекта ОМ текущего контроля и промежуточной аттестации

4.1 Каждый теоретический вопрос и практическое задание оценивается по 5-тибалльной шкале:

«5» (отлично) – за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором студент свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды практических работ, высказывать и обосновывать свои суждения.

«4» (хорошо) – если студент полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ, но содержание ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) – если студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает и выполняет его не полно, непоследовательно, допускает неточности в работе, в применении теоретических знаний на практике.

«2» (неудовлетворительно) – если студент имеет разрозненные, бессистемные знания по дисциплине, допускает ошибки, не может практически применять теоретические знания.

4.2 Итоговая оценка за экзамен определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам).

5.6. Время выполнения экзамена

На подготовку устного (письменного) экзамена студенту отводится 50 минут. Среднее время подготовки теоретических вопросов 30 минут, практического задания - 20 минут.

5. Промежуточная аттестация по учебной дисциплине ОП.13 Управление тренировочным процессом предусмотрена в виде дифференцированного зачета

5.1. Перечень вопросов к дифф.зачету

1. Принципы, используемые в спортивной тренировке
2. Задачи специальной физической подготовки на этапах годового цикла тренировки в различных видах спорта.
3. Контроль в спортивной тренировке и управление тренировочным процессом
4. Техничко-тактическая подготовка спортсменов в различных видах спорта.
5. Спортивная тренировка женщин
6. Воспитание на занятиях спорта
7. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годового цикла тренировки в различных видах спорта.
8. Координационных способностей спортсменов
9. Спортивный судья, его права и обязанности.
10. Кому предоставляется право присвоения звания «Почётный судья по спорту»
11. Виды спортивного ориентирования
12. История развития спортивного ориентирования
13. Роль юношеского спорта в общей системе физического воспитания России

6. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Шеенко, Е. И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие : [12+] / Е. И. Шеенко, Б. Г. Толистинов, И. А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 81 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370>
2. Спортивная дисциплина плавание в тренировочном процессе многоборцев : учебное пособие : [16+] / М. В. Габов, А. В. Зюкин, О. Е. Понимасов, А. М. Фокин ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2023. – 156 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718813>
3. Багаутдинова, Н. В. Методическое обеспечение деятельности тренера в конькобежном спорте : учебное пособие : [16+] / Н. В. Багаутдинова, К. В. Диких ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск :

Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722473>

Дополнительная литература:

1. Загурский, Н. С. Управление тренировочным процессом и соревновательной деятельностью биатлонистов на этапах многолетней подготовки : методическое пособие : [16+] / Н. С. Загурский, Я. С. Романова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 84 с. : схем., ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690309>

2. Шишков, И. Ю. Управление многолетним тренировочным процессом спортсменов высокой квалификации в игровых видах спорта / И. Ю. Шишков ; Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка : Московская государственная академия физической культуры (МГАФК), 2024. – 201 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717216>

3. Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса : практическое пособие : [16+] / Ю. В. Верхошанский. – 3-е изд., стереотип. – Москва : Спорт, 2020. – 184 с. : ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695532>

Справочно-правовые системы

Консультант Плюс

Электронные ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» // www.biblioclub.ru/.

Электронные образовательные ресурсы

1. Библиотека МЭШ uchebnik.mos.ru
2. ГНПБ им. К.Д. Ушинского. - <http://www.gnpbu.ru/>
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». -<http://window.edu.ru/>
5. Научно-методический журнал «Начальная школа» - <https://n-shkola.ru/>
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://rusneb.ru/>
7. Педагогическая периодика - <http://periodika.websib.ru/>
8. Российская государственная библиотека // <https://www.rsl.ru/>
9. Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/>
10. Российская электронная школа. Видеоуроки и тренажеры по всем учебным предметам. <https://resh.edu.ru>
11. Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ - <http://gramota.ru/>
12. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов College.ru
13. Федеральный центр электронных образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
14. Электронное издание «Практическая педагогика» - <https://www.pped.ru/doshkolnoe>
15. Электронный периодический журнал «Вестник Образования» - <https://vestnik.edu.ru/>