

**КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. АЛЬ-ФАРАБИ
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И ПОЛИТОЛОГИИ
КАФЕДРА ОБЩЕЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**ПРОГРАММА ИТОГОВОГО ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО КОНТРОЛЯ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ «МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ СОПРОВОЖДЕНИЯ
ТРЕНИРОВОЧНОГО И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА»**

**OPS 4312– МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ СОПРОВОЖДЕНИЯ
ТРЕНИРОВОЧНОГО И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Для Специальности: «Спортивная психология (УРФУ) 7М03122»

**2-ой курс
Количество кредитов – 3**

Осенний семестр обучения 2022-2023 года обучения

Преподаватель: Ст. преподаватель Махмутов А.Э.

**ПРОГРАММА
ИТОГОВОГО ЭКЗАМЕНА ПО ДИСЦИПЛИНЕ «МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ
СОПРОВОЖДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА»**

Экзаменационные вопросы, составлены на основе syllabus дисциплины, в которой отображены темы лекционных и семинарских занятий и задания для самостоятельной работы магистрантов.

Итоговый экзамен – будет проходить в письменной форме (офлайн) в аудитории университета.

В результате изучения дисциплины Методика и организация сопровождения тренировочного и соревновательного процесса, магистранты будут способны:

- определять цели и задачи спортивной подготовки в зависимости от вида спорта, возраста и подготовленности спортсменов, индивидуальных психофизиологических особенностей занимающихся, этапа спортивной подготовки;
- владеть технологией обучения двигательным действиям (технике спортивных упражнений) и развития двигательных способностей в процессе спортивных занятий в различных видах спорта;
- владеть методами и методическими приемами педагогических наблюдений с последующим развернутым анализом планирования, содержания и структуры тренировочных занятий различного типа и вида;
- анализировать, обобщать и транслировать передовой педагогический опыт физкультурно-оздоровительной и подготовительно-соревновательной деятельности;
- различать основные направления развития психологической науки, основные понятия и ученых, представляющих наиболее известные психологические направления, методы исследования, применяемые в спортивной психологии.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ К ЭКЗАМЕНУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ СОПРОВОЖДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Форма проведения экзамена – письменный экзамен.

Формат проведения – офлайн

Письменный экзамен будет проходить офлайн в аудитории университета

Количество кредитов – 3, количество магистрантов 1.

Экзаменационные вопросы тестов, составлены на основе syllabus дисциплины «Методика и организация сопровождения тренировочного и соревновательного процесса» и отображенных в нем тем лекционных, семинарских заданий и заданий для самостоятельной работы магистрантов. Экзаменационных вопросов всего 30.

Дата и время проведения экзамена – указаны в расписании зимней экзаменационной сессии.

Время, предназначенное на экзамен – 120 минут (2 часа); всего на экзамене будет 3 вопроса из 30 экзаменационных вопросов.

Форма экзамена: письменная офлайн (3 вопроса из 30 вопросов).

Темы экзаменационных вопросов:

1. Средства и методы спортивной тренировки. Принципы спортивной тренировки.
2. Практические методы тренировки и их содержание (равномерный метод, повторный метод, интервальный метод).
3. Специфические средства спортивной тренировки в зависимости от вида спорта.
4. Специально-подготовительные и имитационные упражнения в различных видах спорта.
5. Методы тренировки в соответствии со спецификой вида спорта (метод максимальных усилий, «пирамида», метод круговой тренировки и т. д.).
6. Специфические методы спортивной тренировки, направленные на совершенствование различных сторон подготовленности (физической, технической, тактической, психологической пр.).
7. Построение спортивной тренировки спортсменов. Основы построения спортивной тренировки. Структура и типы микроциклов.
8. Состояние «спортивной формы». Подготовительный период (период фундаментальной подготовки). Соревновательный период.
9. Типы микроциклов и правила их построения. Структура средних циклов как систем микроциклов, составляющих относительно законченный этап тренировочного процесса, особенности их построения в различных видах спорта.
10. Типы мезоциклов. Структура больших циклов тренировки (макроциклов).
11. Особенности периодизации тренировочного процесса в зависимости от вида спорта. Определяющие черты, цели задачи периодов большого цикла подготовки: подготовительного, соревновательного, переходного.
12. Нагрузки, применяемые в спорте. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
13. Характеристика системы спортивной подготовки спортсмена. Общая характеристика структуры современной системы подготовки спортсменов.
14. Структура соревновательной деятельности. Сущность и формы спортивных соревнований. Функции спортивных соревнований.
15. Спортивный отбор, его задачи и классификация. Система спортивного отбора. Основы спортивного отбора.

Список литературы:

1. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. / А. М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 544 с.
2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учеб. для высших спец. физкультурных учебных заведений / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стер. – СПб. : Лань ; М. : Омега-Л, 2004. – 160 с.
3. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
4. Теория и методика физического воспитания : учеб. для вузов физ. воспитания и спорта : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – Т. 1. – 422 с.; Т. 2. – 391 с.
5. Теория и методика физической культуры : учеб. / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Советский спорт, 2007. – 464 с.
6. Фарфель, В. С. Управление движениями в спорте / В. С. Фарфель. – 2-е изд., стер. – М. : Советский спорт, 2011. – 202 с.
7. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2007. – 480 с.

Критерии оценивания на экзамене, результаты обучения:**Разбалловка и показатели**

Оценка	Показатели
Очень хорошо	1. Полный ответ на теоретические вопросы 2. Полный ответ на практические вопросы; 3. Логичность иложения ответа и его содержательность; 4. Творческий подход к ответу на вопрос.
Хорошо	1. Не полный ответ на теоретические вопросы; 2. Полупрофессионально данный ответ на практические вопросы; 3. Есть содержательность ответа на вопрос, но нет логической последовательности в ответе; 4. Слабо использован творческий подход в ответе на вопрос.
Удовлетворительно	1. Ответ на теоретические вопросы дан правильно, но не полно; 2. Не полный ответ на практические вопросы; 3. Нет информационной последовательности и логики при ответе на вопросы..
Не удовлетворительно	1. Много неверных ответов нп теоретические вопросы 2. Профессионально данные ответы на вопросы.; 3. При ответе на вопросы, имеются терминалогические и грамматические ошибки, нет логической послеовательности, при ответе на вопрос.

Критерри выставления оценки и разбалловка баллов на экзамене.

Шкалы и баллы	1-вопрос оценка	2- вопрос оценка	3- вопрос оценка
90-100 отлично	26-30	32-35	32-35
75-89 хорошо	23-27	26-31	26-31
Удовлетворительно 50-71	14-22	18-26	18-26
0-49 не удовлетворительно	0-15	0-17	0-17