

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 20.06.2024 07:39:47
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХАНТЫ-МАНСКИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ
"Сургутский государственный университет"**

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической работе

Е.В.Коновалова
16 июня 2022 г., протокол УМС №6

Теория и методика спорта
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физической культуры**
Шифр и наименование научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта

Форма обучения **очная**

Часов по учебному плану	144	Вид контроля: экзамен
в том числе:		
аудиторные занятия	48	
самостоятельная работа	60	
часов на контроль	36	

Распределение часов дисциплины

Курс	3	
Вид занятий	уп	рп
Лекции	16	16
Практические	32	32
Итого ауд.	48	48
Контактная работа	48	48
Сам. работа	60	60
Часы на контроль	36	36
Итого	144	144

Программу составил(и):

канд.пед. наук, профессор Обухов С.М.

Рабочая программа дисциплины

Теория и методика спорта

разработана в соответствии с ФГТ:

Приказ Минобрнауки России от 20.10.2021 г. №951 "Об утверждении федеральных государственных требований к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), условиям их реализации, срокам освоения этих программ с учетом различных форм обучения, образовательных технологий и особенностей отдельных категорий аспирантов (адъюнктов)".

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физической культуры

Протокол от 27.04.2022 г. № 11

Заведующий кафедрой *д-р пед. наук, доцент Пешкова Н.В.*

Председатель УМС (УС) института гуманитарного образования и спорта

канд.филол. наук, доцент Грищенко Т.Ф.

Протокол от 03.05.2022 г. № 5

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	Цель изучения дисциплины сформировать высокий уровень знаний аспирантов в области прогнозирования развития спорта и олимпийского движения; теоретических и методологических аспектов управления и построения спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки в различных видах спорта; специфики соревновательной деятельности и ее результативности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Для успешного освоения дисциплины аспирант должен иметь глубокие фундаментальные знания и умения в области теории и методики спорта.
2.1.2	Предшествующими для изучения дисциплины являются:
2.1.3	результаты освоения дисциплин, направленных на подготовку к сдаче кандидатских экзаменов, «История и философия науки», «Иностранный язык», факультативных дисциплин "Проектирование и моделирование эксперимента в области физической культуры и спорта", "Экспериментальные методы исследования в области физической культуры и спорта, математико-статистическая обработка и анализ данных";
	результаты научной (научно-исследовательской) деятельности аспирантов, направленной на подготовку диссертации к защите;
	результаты научной (научно-исследовательской) деятельности аспирантов, направленной на подготовку публикаций;
	результаты прохождения научно-исследовательской практики.
2.2	Последующими к изучению дисциплины являются знания, умения и навыки, используемые аспирантами:
2.2.1	в научной (научно-исследовательской) деятельности аспирантов, направленной на подготовку диссертации к защите;
	в научной (научно-исследовательской) деятельности аспирантов, направленной на подготовку публикаций;
	при прохождении итоговой аттестации.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
В результате освоения дисциплины обучающийся должен	
3.1	Знать:
3.1.1	Основы применения современных средств, методов, технологии в области спорта высших достижений
3.1.2	Основы анализа и оценки информации составления программы для решения задач повышения эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности
3.1.3	Основы использования новейших достижений методики спортивной тренировки в профессиональной деятельности
3.1.4	Основы программирования спортивной подготовки для спортсменов различных квалификаций с учетом возрастных, индивидуально типологических особенностей и физического состояния
3.1.5	Антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, основы анализа и прогнозирования спортивной одаренности ребенка
3.2	Уметь:
3.2.1	Применять современные средства, методы, технологии в области спорта высших достижений
3.2.2	На основе анализа и оценки информации составлять программы для решения задач повышения эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности
3.2.3	Использовать новейшие достижения методики спортивной тренировки в профессиональной деятельности
3.2.4	Составлять программы спортивной подготовки для спортсменов различных квалификаций с учетом возрастных, индивидуально типологических особенностей и физического состояния
3.2.5	Учитывать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность ребенка
3.3	Владеть:
3.3.1	Применением современных средств, методов, технологий в области спорта высших достижений
3.3.2	Применением анализа и оценки информации для составления программы для решения задач повышения эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности
3.3.3	Навыками использования новейших достижений методики спортивной тренировки в профессиональной деятельности
3.3.4	Навыками составления программы спортивной подготовки для спортсменов различных квалификаций с учетом возрастных, индивидуально типологических особенностей и физического состояния в практической деятельности

3.3.5	Навыками учета антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализа и прогнозирования спортивной одаренности ребенка				
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)					
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Курс	Часов	Литература	Примечание
	Раздел 1.				
1.1	Общая характеристика системы физической культуры и спорта /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.2	Общая характеристика системы физической культуры и спорта /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.3	Общая характеристика системы физической культуры и спорта /Ср/	3	6	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.4	Основные направления в развитии спортивного движения /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.5	Основные направления в развитии спортивного движения /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.6	Основные направления в развитии спортивного движения /Ср/	3	8	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.7	Спортивная тренировка – цель, задачи, средства /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.8	Спортивная тренировка – цель, задачи, средства /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.9	Спортивная тренировка – цель, задачи, средства /Ср/	3	10	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.10	Принципы, регламентирующие спортивную подготовку /Лек/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.11	Принципы, регламентирующие спортивную подготовку /Пр/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.12	Принципы, регламентирующие спортивную подготовку /Лек/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.13	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Основные разделы подготовки спортсмена. Цель и ее задачи /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	

1.14	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Основные разделы подготовки спортсмена. Цель и ее задачи /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.15	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Основные разделы подготовки спортсмена. Цель и ее задачи /Ср/	3	8	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.16	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.17	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.18	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки /Ср/	3	6	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.19	Методика развития физических качеств /Лек/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.20	Методика развития физических качеств /Пр/	3	8	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.21	Методика развития физических качеств /Ср/	3	8	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.22	Основы построения процесса спортивной подготовки /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.23	Основы построения процесса спортивной подготовки /Пр/	3	4	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.24	Основы построения процесса спортивной подготовки /Ср/	3	4	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.25	Технология планирования в спорте /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.26	Технология планирования в спорте /Пр/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.27	Технология планирования в спорте /Ср/	3	4	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.28	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	

1.29	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена /Пр/	3	4	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.30	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена /Ср/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.31	ФССП спортивной подготовки /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.32	ФССП спортивной подготовки /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.33	ФССП спортивной подготовки /Ср/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.34	Идеология спортивной подготовки /Лек/	3	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.35	Идеология спортивной подготовки /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.36	Идеология спортивной подготовки /Ср/	3	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.37	/Экзамен/	3	36	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	Вопросы для подготовки к кандидатскому экзамену

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Контрольные вопросы и задания

Проведение текущего контроля успеваемости
Тема 1.1. Общая характеристика системы физической культуры и спорта
Перечень вопросов для устного опроса
1. Управление в системе спорта.
2. Основные принципы системы ФКиС.
Задание для самостоятельной работы:
Перечислите средства и методы, используемые для формирования физической культуры человека.
Тема 1.2. Основные направления в развитии спортивного движения
Перечень вопросов для устного опроса
1. Основные направления в развитии спорта.
2. Основные направления в развитии. В развитии массовой физической культуры.
Задание для самостоятельной работы:
Выявить противоречия в развитии спорта.
Тема 1.3. Спортивная тренировка – цель, задачи, средства
Перечень вопросов для устного опроса
1. Цель спортивной тренировки.
2. Задачи спортивной подготовки. Различия в задачах спортивной тренировки на различных этапах.
3. Средства спортивной тренировки.
Задание для самостоятельной работы:
Выявить различия в основных задачах по этапам спортивной подготовки.
Тема 1.4. Принципы, регламентирующие спортивную подготовку
Вопрос для аудиторной дискуссии
1. Принципы спортивной подготовки.
Задание для самостоятельной работы:
Выявить основные моменты реализации принципов спортивной тренировки.

Тема 1.5. Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Основные разделы подготовки спортсмена. Цель и ее задачи
Перечень вопросов для устного опроса

1. Разделы спортивной тренировки.
2. Цели и задачи разделов подготовки в выбранном виде спорта.

Задание для самостоятельной работы:

Описать задачи физической подготовки в избранном виде спорта;

Тема 1.6. Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки

Вопросы для аудиторной дискуссии

1. Понятие о нагрузке.
2. Факторы, влияющие на величину нагрузки.
3. Распределение нагрузки в тренировочном занятии.

Задание для самостоятельной работы:

Разработать конспект основной части занятия тренировки в подготовительном периоде в виде спорта с обозначением величины нагрузки.

Тема 1.7. Методика развития физических качеств

Вопросы для аудиторной дискуссии

1. Понятие о физических качествах и двигательных способностях.
2. Факторы, влияющие на величину нагрузки.
3. Распределение нагрузки в тренировочном занятии.

Задание для самостоятельной работы:

Разработать конспект основной части занятия тренировки в подготовительном периоде в виде спорта.

Тема 1.8. Основы построения процесса спортивной подготовки

Вопросы для аудиторной дискуссии

1. Виды планирования в спорте.
2. Многолетнее планирование.
3. Годовое планирование.
4. Месячное планирование и планирование микроцикла

Задание для самостоятельной работы:

Разработать основные задачи подготовки по этапам подготовки в виде спорта.

Тема 1.9. Технология планирования в спорте

Вопросы для аудиторной дискуссии

1. Технология планирования годового макроцикла
2. Технология планирования микроцикла
3. Технология планирования занятия

Задание для самостоятельной работы:

Распланировать микроцикл в базовом мезоцикле подготовительного периода в виде спорта.

Тема 1.10. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена

Вопросы для аудиторной дискуссии

1. Виды контроля.
2. Комплексный контроль в тренировочном процессе.
3. Контроль в тренировочном занятии.

Задание для самостоятельной работы:

Разработать план контроля (время и состав) в подготовительном периоде в виде спорта.

Тема 1.11. ФССП спортивной подготовки

Вопросы для аудиторной дискуссии

1. ФССП и их роль
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки в виде спорта
3. Основные разделы ФССП

Задание для самостоятельной работы:

Выявить недостатки первых ФССП по виду спорта.

Тема 1.12. Идеология спортивной подготовки

Вопросы для аудиторной дискуссии

1. Цели и задачи спортивной подготовки с т.з. государства.
2. Противоречие между интересами государства, ребенка, администрации школы и тренером.
3. Пути преодоления противоречий.

Задание для самостоятельной работы:

Выявить особенности реализации спортивной подготовки в муниципалитете.

Тестовое задание.

Выбрать верный вариант ответа:

Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса	Кол-во баллов за правильный ответ
Метод развития, позволяющий акцентированно развивать скоростные способности конкретной мышечной группы? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	A) Метод повторного выполнения B) Метод круговой тренировки C) Равномерный метод D) Равноускоренный метод	Низкий 5	2

Отметьте, что из приведенного ниже можно отнести к современным методам и технологиям. (выберите несколько ответов из предложенного списка)	А) Использование холода для восстановления Б) Тренажеры для изолированных упражнений В) Аутогемотрансфузия Г) Использование тренажеров с биологической обратной связью	Высокий 4	8
Режим, характеризующийся постоянством длины мышцы при напряжении и является прерогативой собственно силовых способностей? (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	А) Статический режим В) Динамический режим С) Изотонический D) Изокинетический	Средний 1	5
Какая тенденция в развитии спорта в последние десятилетия наиболее сильно повлияло на его развитие, причем неоднозначно. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) коммерциализация В) Интернациональность С) Специализация D) Омоложение	Средний 5	5
С ростом квалификации спортсменов доля специальной физической подготовки:(выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) Возрастает В) Уменьшается С) Не изменяется D) четкой тенденции нет	Низкий 5	2
Контроль, осуществляемый в ходе тренировочного занятия, называется (вписать слово)	Оперативным	Средний 2	5
Для повышения выносливости следует использовать следующие средства	А) Нагрузку на пульте 140-160 Б) тренировку в среднегорье В) Нахождение в барокамере с гипоксией Выполнять упражнение на пульсе 120	Высокий 4	8
Отдых, после которого очередная часть нагрузки приходится на период недовосстановления состояния отдельных функций или организма в целом называется ----- отдыхом. (вписать слово)	А) Жесткий В) Оптимальный С) Ординарный	Средний 2	5
Для видов спорта со скоростно-силовой направленностью нужно подбирать спортсменов с уровнем быстрых мышечных волокон . (вписать слово)	высоким	Низкий 2	2
Объем-это... ?	А) нет правильного ответа В) степень концентрации во времени или напряжении С) отражение воздействия упражнения остающегося после его выполнения	Средний 5	5
Интенсивность-это... ?	А) напряжение или степень концентрации во времени В) протяжение во времени и суммарное количество работы во время упражнения С) нет правильного ответа	Средний 5	5
От физиологического поперечника и возможностей нервно-мышечного аппарата зависит:	А) Сила В) Выносливость С) Скорость D) Гибкость	Средний 5	5
Установите соответствие параметров измерительным приборам: 1.Динамометр 2.Калиппер 3.Спидометр 4.акселерометр	А) Силы В) Скорости С) Ускорения D) толщина кожно-жировой Е) Скорости ветра	Средний 6	5

5.Анемометр			
Длина круга – 200м, частота шагов – 2,5 ш/с, время пробегания круга при увеличении гипервентиляции – 40 сек. Посчитайте длину шагов в см на ПАНО		Высокий 3	8
Является ли отдых средством регулирования величины нагрузки? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) да В) очень редко С) нет	Низкий 5	2
Установите правильную последовательность сенситивных периодов развития физических качеств у детей 7-16 лет	1.Сила абсолютная 2.Выносливость общая 3.Гибкость 4. Координация 5.Быстрота	Высокий 7	8
В наибольшей степени считаются генетически детерминированными показатели, влияющими на спортивный результат (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	1.МПК 2.Мышечная композиция 3.Длина тела 4.Относительная сила 5.Масса тела Ответ:123	Высокий 4	8
Проживание в барокамере с пониженной концентрацией кислорода используется для ?	А) лучшего восстановления Б) повышения устойчивости к простудам В) Повышения Hb Г) Повышения внимания	Низкий 5	2
Для коррекции программы тренировки в спортивной школе по итогам тестирования тренером Вы будете использовать следующие показатели: Несколько вариантов ответов из списка. Все или ничего (100% или 0)	А) физической подготовленности Б) технической подготовленности В) показатели гемокрита Г) врачебно-педагогического контроля	Средний, 1	5
Нагрузкой, направленной на развитие общей выносливости, считается нагрузка на пульсе не выше?	А)120 В)140 С) 160 D)180	Средний, 8	5

Ключ к тесту

Задание	Варианты ответов
Метод развития, позволяющий акцентированно развивать скоростные способности конкретной мышечной группы? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) Метод повторного выполнения В) Метод круговой тренировки С) Равномерный метод D) Равноускоренный метод
Отметьте, что из приведенного ниже можно отнести к современным методам и технологиям. (выберите несколько ответов из предложенного списка)	А) Использование холода для восстановления Б) Тренажеры для изолированных упражнений В) Аутогемотрансфузия Г) Использование тренажеров с биологической обратной связью
Режим, характеризующийся постоянством длины мышцы при напряжении и является прерогативой собственно силовых способностей? (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	А) Статический режим В) Динамический режим С) Изотонический D) Изокинетический

Какая тенденция в развитии спорта в последние десятилетия наиболее сильно повлияло на его развитие, причем неоднозначно. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	A) коммерциализация B) Интернациональность C) Специализация D) Омоложение
С ростом квалификации спортсменов доля специальной физической подготовки: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	A) Возрастает B) Уменьшается C) Не изменяется D) четкой тенденции нет
Контроль, осуществляемый в ходе тренировочного занятия, называется (вписать слово)	Оперативным
Для повышения выносливости следует использовать следующие средства	A) Нагрузку на пульсе 140-160 B) тренировку в среднегорье B) Нахождение в барокамере с гипоксией Выполнять упражнение на пульсе 120
Отдых, после которого очередная часть нагрузки приходится на период недовосстановления состояния отдельных функций или организма в целом называется ----- отдыхом. (вписать слово)	A) Жесткий B) Оптимальный C) Ординарный
Для видов спорта со скоростно-силовой направленностью нужно подбирать спортсменов с уровнем быстрых мышечных волокон . (вписать слово)	высоким
Объем-это... ?	A) нет правильного ответа B) степень концентрации во времени или напряжении C) отражение воздействия упражнения остающегося после его выполнения
Интенсивность-это... ?	A) напряжение или степень концентрации во времени B) протяжение во времени и суммарное количество работы во время упражнения C) нет правильного ответа
От физиологического поперечника и возможностей нервно-мышечного аппарата зависит:	A) Сила B) Выносливость C) Скорость D) Гибкость
Установите соответствие параметров измерительным приборам: 1.Динамометр 2.Калиппер 3.Спидометр 4.акселерометр 5.Анемометр	A) Силы B) Скорости C) Ускорения D) толщина кожно-жировой E) Скорости ветра ADBCE
Длина круга – 200м, частота шагов – 2,5 ш/с, время пробегания круга при увеличении гипервентиляции – 40 сек. Посчитайте длину шагов в см на ПАНО	200
Сила, определяемая отношением величины абсолютной силы к собственной массе тела?	A) Относительная сила B) Абсолютная сила C) Взрывная сила

Является ли отдых средством регулирования величины нагрузки? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) да В) очень редко С) нет
На величину нагрузки влияет ? (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А) Объем упражнения В) Интенсивность упражнения В) Характер отдыха Д) Продолжительность отдыха Е) Скорость упражнения
Установите правильную последовательность сенситивных периодов развития физических качеств у детей 7-16 лет	1.Сила абсолютная 2.Выносливость общая 3.Гибкость 4. Координация 5.Быстрота Прав.: 3, 5, 4, 2, 1
В наибольшей степени считаются генетически детерминированными показатели, влияющими на спортивный результат (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	1.МПК 2.Мышечная композиция 3.Длина тела 4.Относительная сила 5.Масса тела Ответ:123
Проживание в барокамере с пониженной концентрацией кислорода используется для ?	А) лучшего восстановления Б) повышения устойчивости к простудам В) Повышения Нь Г) Повышения внимания
Для коррекции программы тренировки в спортивной школе по итогам тестирования тренером Вы будете использовать следующие показатели: Несколько вариантов ответов из списка. Все или ничего (100% или 0)	А) физической подготовленности Б) технической подготовленности В) показатели гемокрита Г) врачебно-педагогического контроля
Нагрузкой, направленной на развитие общей выносливости, считается нагрузка на пульсе не выше?	А)120 В)140 С) 160 D)180

Проведение промежуточной аттестации

Вопросы для подготовки к кандидатскому экзамену по дисциплине

- 1.Общая характеристика объекта и предмета физической культуры.
- 2.Сущность и структура физической культуры, как социальной сферы.
- 3.Основные категории теории физической культуры и их взаимосвязь.
- 4.Общая характеристика сущности, задач, принципов и содержания базовой и прикладной физической культуры.
- 5.Общая характеристика сущности, задач, принципов и содержания системы физкультурного образования. Общие принципы физкультурного образования.
- 6.Физические упражнения как средства физического воспитания: сущность, содержание и разновидности.
- 7.Природные оздоровительные и гигиенические средства физического воспитания: сущность, содержание и разновидности.
- 8.Общая характеристика методов физического воспитания: сущность, содержание и основные разновидности.
- 9.Методы регулирования физической нагрузки: нагрузка, отдых, основные разновидности.
- 10.Общая характеристика координационных способностей: сущность, основные разновидности и сенситивные периоды развития.
- 11.Теоретические основы обучения двигательным действиям: сущность, содержание и закономерности.
- 12.Методические основы обучения двигательным действиям.
- 13.Теоретические и методические основы развития собственно силовых способностей.
- 14.Теоретические и методические основы развития скоростно-силовых способностей.
- 15.Теоретические и методические основы развития скоростных способностей.

16. Теоретические и методические основы развития выносливости.
17. Теоретические и методические основы развития гибкости.
18. Планирование физического образования: сущность, содержание и формы.
19. Организация физического образования: сущность, виды и уровни.
20. Контроль в физическом образовании: сущность, содержание и формы.
21. Половозрастные особенности физического образования в дошкольном периоде.
22. Половозрастные особенности физического образования в младшем школьном возрасте.
23. Половозрастные особенности физического образования школьников в среднем школьном возрасте.
24. Половозрастные особенности физического образования школьников в старшем школьном возрасте.
25. Половозрастные особенности физического образования в зрелом возрасте.
26. Половозрастные особенности физического образования в пожилом возрасте.
27. Цель и задачи физического образования в дошкольных образовательных учреждениях. Средства и формы физического образования детей дошкольного возраста.
28. Особенности развития физических качеств и формирования двигательных навыков у детей дошкольного возраста. Планирование и контроль организации физического образования в дошкольных образовательных учреждениях.
29. Планирование физического образования школьников.
30. Организация и методика проведения уроков физической культуры в 1-4 классах с учетом возрастных особенностей занимающихся.
31. Внешкольная работа по физическому образованию: значение, задачи, формы организации и содержание работы.
32. Организация и методика проведения уроков физической культуры в 5-9 классах с учетом возрастных особенностей занимающихся.
33. Организация и методика проведения уроков физической культуры в 10-11 классах с учетом возрастных особенностей занимающихся.
34. Внеклассная работа по физическому образованию в школе: значение, задачи, формы организации и содержание работы.
35. Цель, задачи и содержание физического образования в системе начального профессионального образования.
36. Цель, задачи и содержание физического образования в системе среднего профессионального образования.
37. Цель, задачи и содержание физического образования в системе высшего профессионального образования.
38. Спорт как социальная сфера: сущность, содержание, функции и основные разновидности.
39. Основы периодизации процесса спортивной подготовки: общая характеристика.
40. Спортивная подготовка как многолетний процесс: сущность и основные этапы.
41. Принципы спортивной подготовки.
42. Психологическая подготовка спортсмена.

5.2. Темы письменных работ

Контрольная работа. Примерный перечень вопросов.

1. Характеристика спорта как социального явления: основной понятийно-категориальный аппарат.
2. Структура многолетнего процесса спортивной подготовки.
3. Основные направления совершенствования системы спортивной подготовки.
4. Основы подготовки спортсмена на начальном этапе.
5. Основы подготовки спортсмена на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей.
6. Основы подготовки спортсмена на этапе сохранения спортивных достижений.
7. Система соревнований как фактор спортивной подготовки: их характеристика.
8. Классификация видов спорта, их характеристика.
9. Структура макроцикла спортивной подготовки: содержание структурных компонентов.
10. Характеристика мезоциклов спортивной подготовки.
11. Структура микроциклов, их характеристика, чередование в мезоцикле.
12. Виды подготовки в спорте, их характеристика.
13. Основы физической подготовки в спорте.
14. Характеристика спортивно-технической подготовки.
15. Тактическая подготовка в спорте.
16. Характеристика психоэмоциональной подготовки в спорте.
17. Интегральная подготовка в спорте, характеристика, особенности.
18. Соотношение видов подготовки в спорте: период, этапность, циклы.
19. Характеристика принципов в спортивной подготовке.
20. Средства спортивной подготовки, их характеристика.
21. Характеристика методов спортивной подготовки.
22. Система факторов дополняющих процесс спортивной подготовки.
23. Физические упражнения в спортивной подготовке: их характеристика, классификация.
24. Структура учебно-тренировочного занятия: характеристика структурных компонентов.
25. Виды тренировочных нагрузок: их характеристика.
26. Понятие спортивной формы: фазовый характер, сопряженность с периодом подготовки.
27. Стадии спортивной подготовки: их содержание.
28. Система спортивной подготовки, компоненты, характеристика.
29. Характеристика методов строго регламентированного упражнения в спортивной подготовке.
30. Общепедагогические методы спортивной подготовки: их классификация, характеристика.
31. Характеристика направленности учебно-тренировочного процесса.
32. Принцип единства общей и специальной подготовки тренировочного процесса.

33. Характеристика волнообразности динамики тренировочных нагрузок.
34. Принцип постепенности и предельности наращивания нагрузок.
35. Принцип соревновательно-соотнесенной цикличности тренировочного процесса.
36. Реализация принципа углубленной специализации в системе спортивной подготовки.
37. Средства восстановления в спортивной подготовке.
38. Признаки педагогической направленности учебно-тренировочного занятия.
39. Система комплексного контроля в спортивной подготовке.
40. Подготовленность, тренированность, их характеристика.
41. Система определения результатов в соревнованиях.
42. Спортивный отбор и ориентация: цели, задачи, этапность.
43. Педагогические и медико-биологические критерии спортивного отбора и ориентации.
44. Контроль физической подготовленности спортсменов.
45. Контроль спортивно-технической и тактической подготовки спортсменов.
46. Контроль психологической подготовленности спортсменов.
47. Учет в практике спортивной подготовки: виды, характеристика.
48. Возрастные границы спортивных достижений. Характеристика, особенности.
49. Характеристика этапов спортивной подготовки.
50. Особенности построения тренировочных занятий на этапах подготовки.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)				
6.1. Рекомендуемая литература				
6.1.1. Основная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Холодов Ж. К., Кузнецов В. С.	Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование"	Москва: Академия, 2012	17
Л1.2		Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика	Москва: Советский спорт, 2014, http://www.iprbookshop.ru/57664.html	1
Л1.3	Никитушкин В. Г., Суслов Ф. П.	Спорт высших достижений. Теория и методика: Учебное пособие	Москва: Издательство «Спорт», 2017, http://www.iprbookshop.ru/68545.html	1
Л1.4	Бабушкин Г. Д.	Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: Учебник	Саратов: Вузовское образование, 2020, http://www.iprbookshop.ru/91118.html	1
6.1.2. Дополнительная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Волков Н. И., Несен Э. Н., Осипенко А. А., Корсун С. Н.	Биохимия мышечной деятельности: Учебник для студентов высш. учеб. заведений физ. воспитания и спорта	Киев: Олимп.лит., 2000	52
Л2.2	Зациорский В. М.	Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания	М.: Советский спорт, 2009	20
Л2.3	Курамшин Ю. Ф.	Теория и методика физической культуры: учебник для студентов высших учебных заведений по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт"	Москва: Советский спорт, 2010	10
Л2.4	Верхошанский Ю. В.	Основы специальной силовой подготовки в спорте	Москва: Советский спорт, 2013, http://www.iprbookshop.ru/16825	1

Л2.5	Верхошанский Ю. В.	Физиологические основы и методические принципы тренировки в беге на выносливость	Москва: Советский спорт, 2014, http://www.iprbookshop.ru/40825	1
Л2.6	Платонов В.Н.	Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография	Москва: Спорт, 2019, http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336.html	2

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Теория и практика физической культуры http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/
Э2	База данных ВИНТИ. http://www.viniti.ru
Э3	Единое окно доступа к образовательным ресурсам - информационная система. http://window.edu.ru
Э4	КиберЛенинка - научная электронная библиотека. http://cyberleninka.ru
Э5	Электронные коллекции на портале Президентской библиотеки им. Б. Н. Ельцина. http://www.prilib.ru/collections

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Windows
6.3.1.2	Пакет прикладных программ Microsoft Office

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Электронно-библиотечные системы:
	Электронно-библиотечная система Znanium. (Базовая коллекция). www.znaniy.com
	Электронно-библиотечная система издательства «Лань». http://e.lanbook.com/
	Электронно-библиотечная система IPRbooks (Базовая коллекция). http://iprbookshop.ru
	Электронная библиотечная система «Юрайт» https://biblio-online.ru/
6.3.2.2	Современные профессиональные базы данных:
	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (http://www.elibrary.ru)
	Евразийская патентная информационная система (ЕАПТИС) (http://www.eapatis.com)
	Национальная электронная библиотека (НЭБ) (nab.ru)
6.3.2.3	Международные реферативные базы данных научных изданий
	Web of Science Core Collection http://webofknowledge.com (WoS)
	Архив научных журналов (NEICON) http://archive.neicon.ru

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебные аудитории Университета для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (практических занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации оснащены: комплект специализированной учебной мебели, маркерная (меловая) доска, комплект переносного мультимедийного оборудования - компьютер, проектор, проекционный экран, компьютеры с возможностью выхода в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
7.2	Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационную образовательную среду СурГУ:
7.3	350, 351 Зал социально-гуманитарной и художественной литературы
	441 Зал иностранной литературы

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Проведение текущего контроля успеваемости по дисциплине

Методические рекомендации по проведению основных видов учебных занятий

При изучении дисциплины используются следующие основные методы и средства обучения, направленные на повышение качества подготовки аспирантов путем развития у аспирантов творческих способностей и самостоятельности:

- Контекстное обучение – мотивация аспирантов к усвоению знаний путем выявления связей между конкретными знаниями и его применением.

- Проблемное обучение – стимулирование аспирантов к самостоятельному приобретению знаний, необходимых для решения конкретной проблемы.

- Обучение на основе опыта – активизация познавательной деятельности аспиранта за счет ассоциации и собственного опыта с предметом изучения.

- Индивидуальное обучение – выстраивание аспирантами собственной образовательной траектории на основе формирования индивидуальной программы с учетом интересов аспирантов.

- Междисциплинарное обучение – использование знаний из разных областей, их группировка и концентрация в контексте решаемой задачи.

Лекции являются одним из основных методов обучения по дисциплинам, направленным на подготовку к кандидатскому экзамену, которые должны решать следующие задачи:

- изложить основной материал программы курса;

- развить у аспирантов потребность к самостоятельной работе над научной литературой.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений.

Содержание лекций определяется рабочей программой курса. Крайне желательно, чтобы каждая лекция охватывала и исчерпывала определенную тему курса и представляла собой логически вполне законченную работу. Лучше сократить тему, но не допускать перерыва ее на таком месте, когда основная идея еще полностью не раскрыта.

Привлечение графического и табличного материала на лекции позволит более объемно изложить материал.

Целью практических занятий является:

- закрепление теоретического материала, рассмотренного аспирантами самостоятельно;

- проверка уровня понимания аспирантами вопросов, рассмотренных самостоятельно по учебной литературе, степени и качества усвоения материала аспирантами;

- восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса и оказание помощи в его усвоении.

В начале очередного занятия необходимо сформулировать цель, поставить задачи. Аспиранты выполняют задания, а преподаватель контролирует ход их выполнения путем устного опроса, оценки рефератов, проверки тестов, проверки практических заданий.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы аспирантов

Целью самостоятельной работы аспирантов является формирование способностей к самостоятельному познанию и обучению, поиску литературы, обобщению, оформлению и представлению полученных результатов, их критическому анализу, поиску новых неординарных решений, аргументированному отстаиванию своих предложений, умений подготовки выступлений и ведения дискуссий.

Методические рекомендации призваны помочь аспирантам организовать самостоятельную работу при изучении курса: с материалами лекций, практических занятий, литературы по общим и специальным вопросам педагогических наук.

Задачами самостоятельной работы аспирантов являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;

- углубление и расширение теоретических знаний;

- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;

- развитие познавательных способностей и активности: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;

- развитие исследовательских умений;

- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий, на практических занятиях, при написании научно- квалификационной работы, для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется аспирантом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной работы аспиранта без участия преподавателя являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);

- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по темам занятий;

- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.

Самостоятельная работа аспирантов осуществляется в следующих *формах*:

- подготовка к практическим занятиям,

- изучение дополнительной литературы и подготовка ответов на вопросы для самостоятельного изучения,

- подготовка к тестированию,

1) Подготовка к практическим занятиям.

При подготовке к занятиям аспирантам необходимо ориентироваться на вопросы, вынесенные на обсуждение. На занятиях проводятся опросы, тестирование, разбор конкретных ситуаций, с активным обсуждением вопросов, в том числе по группам, с целью эффективного усвоения материала в рамках предложенной темы, выработки умений и навыков в профессиональной деятельности, а также в области ведения переговоров, дискуссий, обмена информацией, грамотной постановки задач, формулирования проблем, обоснованных предложений по их решению и аргументированных выводов.

2) Изучение основной и дополнительной литературы при подготовке к практическим занятиям.

В целях эффективного и полноценного проведения таких мероприятий аспиранты должны тщательно подготовиться к вопросам занятия. Особенно поощряется и положительно оценивается, если аспирант самостоятельно организует поиск необходимой информации с использованием периодических изданий, информационных ресурсов сети ИНТЕРНЕТ и баз данных специальных программных продуктов.

Самостоятельная работа аспирантов должна опираться на сформированные навыки и умения, приобретенные во время прохождения других курсов. Составляющим компонентом его работы должно стать творчество. В связи с этим рекомендуется:

1. Начинать подготовку к занятию со знакомства с опубликованными законодательно-правовыми документами.
2. Обратите внимание на структуру, композицию, язык документа, время и историю его появления.
3. Определите основные идеи, принципы, тезисы, заложенные в документ.
4. Выясните, какой сюжет, часть изучаемой проблемы позволяет осветить проанализированный источник.
5. Проведите работу с неизвестными терминами и понятиями, для чего используйте словари терминов, энциклопедические словари, словари иностранных слов и др.

Затем необходимо ознакомиться с библиографией темы и вопроса, выбрать доступные Вам издания из списка основной литературы, специальной литературы, рекомендованной к лекциям и семинарам. Рекомендованные списки могут быть дополнены.

Используйте справочную литературу. Поиск можно продолжить, изучив примечания и сноски в уже имеющихся у Вас в руках монографиях, статьях.

Работая с литературой по теме семинара, делайте выписки текста, содержащего характеристику или комментарий уже знакомого Вам источника. После чего вернитесь к тексту документа (желательно полному, без купюр) и проведите его анализ уже в контексте изученной исследовательской литературы.

Анализ документа следует сделать составной частью проработки вопросов семинара и выступления аспиранта на занятии.

Общее знание проблемы, обсуждаемой на занятии, должно сочетаться с глубоким знанием источников.

Следует составить сложный план, схему ответа на каждый вопрос плана занятия.

Проверить себя можно, выполнив тесты.

Рекомендации для аспирантов при проведении устного опроса.

В процессе подготовки к устному опросу аспирант имеет возможность показать умение аналитически работать с литературой (русской и зарубежной), продемонстрировать навыки обоснованного и развернутого изложения своей точки зрения на исследуемую тему, внести свои предложения.

При подготовке к устному опросу целесообразно придерживаться следующей схемы изучения вопросов:

1. уяснение (осмысление), с учетом полученных в университете знаний, избранной темы письменной работы;
2. подбор (поиск) необходимой научной, справочной, учебной литературы, статистических и социологических сведений, законодательных и иных нормативных правовых актов, а также иных источников;
3. анализ и систематизация собранных материалов по теме опроса;
4. подготовка плана ответа;

При сборе материалов для подготовки к устному опросу важно ориентироваться как на современные новейшие нормативные источники (использование нормативных актов в последней редакции), так и на труды ученых советского периода и основные научные исследования российских ученых последних 10-15 лет, а также зарубежный опыт.

В ходе анализа и систематизации имеющихся по теме материалов намечается структура ответа.

Рекомендации для аспирантов при подготовке к тестированию

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

При самостоятельной подготовке к тестированию аспиранту необходимо:

- а) готовясь к тестированию, проработайте информационный материал по дисциплине. Проконсультируйтесь с преподавателем по вопросу выбора научной литературы;
- б) четко выясните все условия тестирования заранее. Вы должны знать, сколько тестов Вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- в) приступая к работе с тестами, внимательно и до конца прочтите вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выберите правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выпишите цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
- г) в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- д) если Вы встретили чрезвычайно трудный для Вас вопрос, не тратьте много времени на него. Переходите к другим тестам. Вернитесь к трудному вопросу в конце.
- е) обязательно оставьте время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

Тестирование - позволяет оценить знание фактического материала, умение логически мыслить, способность к рефлексии и творчески подходить к решению поставленной задачи.

При проверке знаний, умений, качества овладения компетенциями используются две группы тестов:

- а) тесты специальных способностей и достижений (задания с несколькими вариантами выбора).
- в) тесты со свободными ответами (предполагают элементы творчества и личностного самовыражения, проявляют сверх нормативные знания и умения аспирантов).

Проведение промежуточной аттестации по дисциплине

Методические рекомендации по подготовке к кандидатскому экзамену

Организация и проведение кандидатских экзаменов в СурГУ регламентируется следующими документами:

- Постановлением Правительства Российской Федерации от 24.09.2013 г. №842 «О порядке присуждения ученых степеней»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.03.2014 г. №247 «Порядок прикрепления лиц для сдачи кандидатских экзаменов, сдачи кандидатских экзаменов и их перечень»;
- СТО-2.12.11 «Порядок проведения кандидатских экзаменов».

Кандидатский экзамен является формой промежуточной аттестации аспирантов, сдача экзамена обязательна для присуждения ученой степени кандидата педагогических наук.

Для сдачи кандидатского экзамена аспирант должен продемонстрировать знания отечественной и зарубежной научной литературы по проблемам теории физической культуры и смежным дисциплинам, истории возникновения современного

состояния и развития исследований по теме диссертации, перспектив ее разработки, умение высказывать свое аргументированное суждение по дискуссионным вопросам, способность к творческому мышлению.

К экзамену допускаются аспиранты, не имеющие задолженности по дисциплинам учебного плана на момент сдачи экзамена.

Аспирант, не сдавший кандидатский экзамен по специальности, считается не завершившим обучение в аспирантуре.

Экзамен по специальности включает обсуждение двух теоретических вопросов и собеседование по теме диссертации (третий вопрос) в соответствии с программой кандидатского экзамена, утверждённой проректором по УМР СурГУ.

Для успешной сдачи экзамена аспиранту необходимо выполнить несколько требований:

- 1)регулярно посещать аудиторные занятия по дисциплине; пропуск занятий не допускается без уважительной причины;
- 2)в случае пропуска занятия аспирант должен быть готов ответить на экзамене на вопросы преподавателя, взятые из пропущенной темы;
- 3)аспирант должен точно в срок сдавать письменные работы на проверку и к следующему занятию удостовериться, что они зачтены;
- 4)готовясь к очередному занятию по дисциплине, аспирант должен прочитать соответствующие разделы в учебниках, учебных пособиях, монографиях и пр., рекомендованных преподавателем в программе дисциплины, и быть готовым продемонстрировать свои знания; каждое участие аспиранта в обсуждении материала на практических занятиях отмечается преподавателем и учитывается при ответе на экзамене.