

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА



Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности  
/Шахов А.А./

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.О.02.03 Технологии тестирования двигательной подготовленности

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Технологии физического воспитания и спорта

Квалификация (степень): *магистр*

Форма обучения: *очно-заочная*

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс		1	
Семестр/триместр		12	
Лекции		8	
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия		10	
Консультации		2	
Форма(ы) промежуточной аттестации		Экзамен-0,3	
Контроль		9	
Иные формы работы			
Самостоятельная работа		150,7	

Всего часов: 160

Трудоемкость: 5 зачетных единиц.

Разработчик(и) рабочей программы:

кандидат педагогических наук, доцент Г.Н. Нижник

## I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

**Цель изучения дисциплины:** формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему специалисту по физической культуре.

**Задачи изучения дисциплины:**

- формирование знаний о теоретических основах спортивной метрологии;
- обучение студентов метрологическим основам, как классической теории измерений, так и современной теории и практики комплексного контроля в спорте и физическом воспитании;
- приобретение навыков самостоятельной работы при проведении комплексного контроля, тестирования состояния и подготовленности лиц, занимающихся физической культурой и спортом и оценки показателей двигательной подготовленности;
- обучение студентов использовать прикладные методы математической статистики для обработки и анализа материала, полученного в ходе проведения контроля.

**Место дисциплины в структуре ОПОП:** реализуется в рамках обязательной части блока Б1. Дисциплины (модули).

**Планируемые результаты обучения по дисциплине:**

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-5	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- методы проведения мониторинга в области физической культуры и массового спорта (опрос, беседа, анкетирование, наблюдение);</li><li>- технологии анализа собранной информации;</li><li>- о современных тенденциях управления и организации работы в области физической культуры и массового спорта на разных уровнях.</li></ul>	<b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- метрологические основы классической теории измерений;</li><li>- современные теории и практики комплексного контроля в спорте и физическом воспитании.</li></ul>
	<b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- анализировать научную информацию, информацию о новшествах в сфере физической культуры и спорта;</li><li>- использовать результаты собственных исследований для повышения эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li><li>- определять причин ошибок и недостатков в управление физкультурно-спортивными процессами находить способы их устранения.</li></ul>	<b>Умеет:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий;</li><li>- осуществлять контроль состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием инструментальных методик;</li><li>- самостоятельно организовывать работу при проведении тестирования состояния и подготовленности лиц, принадлежащих к различному контингенту по полу, возрасту, физическому развитию;</li><li>- применять приобретенные знания в практической деятельности.</li></ul>
	<b>Владеть:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- навыками разработки новых подходов</li></ul>	<b>Владеет:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- умениями и навыками</li></ul>

	к организации работы в сфере физической культуры и спорта; - навыками разработки и обновления программ физкультурно-спортивных мероприятий; - технологией контроля результатов работы в области физической культуры и массового спорта.	организации и проведения комплексного контроля в области физической культуры и массового спорта.
--	---	--

## II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

**Очная форма обучения не реализуется**

**Очно-заочная форма обучения**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
1	<b>Раздел 1. Метрологические основы комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</b>	<b>144</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		<b>126</b>
2	Тема 1. Основное содержание комплексного контроля и его разновидности	27		2		25
3	Тема 2. Контроль за тренировочными и соревновательными воздействиями	29	2	2		25
4	Тема 3. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена	30	2	2		26
5	Тема 4. Этапный, текущий и оперативный контроль	29	2	2		25
6	Тема 6. Прогнозирование и отбор в спорте	29	2	2		25
7	<b>Итого за 1 триместр</b>	<b>180</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		<b>126</b>
8	Тема 6. Прогнозирование и отбор в спорте	24,7				24,7
9	Экзамен	0,3				
10	Консультация	2				
11	Контроль	9				
12	<b>Итого за 2 триместр</b>	<b>36</b>				<b>24,7</b>
13	<b>ИТОГО:</b>	<b>180</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		<b>150,7</b>

**Заочная форма обучения не реализуется**

**III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Текущая аттестация проводится в форме теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Определение телосложения и состава тела, их значение в спорте.
2. Основные задачи оценивания.
3. Оценка соревновательной деятельности в циклических видах и ациклических спорта.
4. Показатели эффективности техники в единоборствах.
- 5 Показатели эффективности техники в игровых видах спорта.
6. Понятие нормы. Виды норм, характеристика (привести примеры).
7. Прогнозирование при отборе и подготовке спортсменов.
8. Разновидности состояния спортсмена, общая характеристика.
9. Способы оценки (регистрации) соревновательной деятельности.
10. Способы поиска (нахождения) рациональной тактики.
11. Стандартизация измерительных процедур (тестов).

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется экзамена с использованием следующих оценочных материалов: вопросы к экзамену.

### **Вопросы к экзамену ( 2 триместр, очно-заочная форма обучения)**

1. Контроль соревновательной деятельности. Особенности регистрации и метрологической оценки показателей соревновательной деятельности в различных видах спорта (циклические, ациклические, игровые, единоборства и т.п.).
2. Контроль за технической и тактической подготовленностью спортсменов. Метрологическая оценка показателей технико-тактического мастерства (объем, разносторонность, эффективность и освоенность техники и тактики).
3. Контроль физического состояния спортсменов (телосложение и состав тела, состояние здоровья и уровень развития двигательных качеств).
4. Контроль силовых качеств спортсмена. Метрологическая оценка основных, интегральных и дифференциальных показателей силы.
5. Контроль скоростных качеств спортсмена. Метрологическая оценка показателей элементарных форм проявления быстроты.
6. Контроль уровня развития выносливости. Разновидности показателей выносливости спортсменов и их метрологическая оценка.
7. Методика контроля активной и пассивной гибкости. Линейные и угловые показатели гибкости, их преимущества и недостатки.
8. Понятие о специализированности, сложности, направленности и величине нагрузки. Метрологическая оценка тренировочных и соревновательных нагрузок в различных видах спорта.
9. Метрологические основы отбора в спорте. Прогнозирование в отборе и подготовке спортсменов. Определение модельных характеристик спортсменов.
10. Состояние спортсмена и разновидности контроля (этапный, текущий и оперативный контроль).
11. Особенности метрологической проверки жестов, предназначенных для оценки этапного, текущего и оперативного состояния спортсменов.

## IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Основная литература.

1. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / Л.И. Вериго, А.М. Вышедко, Е.Н. Данилова, Н.Н. Демидко ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 224 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497355> (дата обращения: 01.09.2020). – Библиогр.: с. 172-174. – ISBN 978-5-7638-3560-1. – Текст : электронный.

2. Спортивная метрология : учебник для вузов / В. В. Афанасьев, И. А. Осетров, А. В. Муравьев, П. В. Михайлов ; ответственный редактор В. В. Афанасьев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 209 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07484-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. —

URL: <https://urait.ru/bcode/437252> (дата обращения: 01.09.2020).

### 4.2. Дополнительная литература

1. Губа, В.П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований : учебно-методическое пособие : [12+] / В.П. Губа, В.В. Пресняков. – Москва : Человек, 2015. – 289 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461406> (дата обращения: 01.09.2020). – Библиогр.: с. 263-265. – ISBN 978-5-906131-53-9. – Текст : электронный.

## V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	<a href="https://studopedia.net/">https://studopedia.net/</a>	Информационный студенческий ресурс	Свободный доступ.
2.	<a href="http://bmsi.ru">http://bmsi.ru</a>	Спортивная электронная библиотека	Свободный доступ
3	<a href="http://lib.sportedu.ru">http://lib.sportedu.ru</a> <a href="http://www.iqlib.ru">http://www.iqlib.ru</a> <a href="http://lesgaft.spb.ru">http://lesgaft.spb.ru</a>	Российский общеобразовательный портал	Свободный доступ

## VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ
----	---	---	---

			к сети Интернет
2.	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ

## **VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

## **VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.