

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Карачаево-Черкесский государственный
университет имени У.Д. Алиева»**

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры ТОФК и туризма
24.06.2015 г., протокол № 10
Заведующий кафедрой
доц., к.и.н. Джирикова Ф.Д.



Фонд оценочных средств по учебной дисциплине

**«Современные проблемы наук о физической
культуре и спорте»**

(наименование дисциплины)

Направление подготовки: 49.04.01.магистерская программа

Профиль – «Подготовка высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта»

Квалификация (степень): магистратура

Форма обучения: очная, заочная

Нормативный срок обучения: 2 года – очная, 2,5 - заочная

Карачаевск 2015 г.

Составитель: доцент кафедры спортивных игр Кубеков Э.А.

Рецензент: д.п.н., проф. Эбзеев М.М.

Фонд оценочных средств для проведения аттестации обучающихся по дисциплине (модулю): Современные проблемы наук о физической культуре и спорте

Общие сведения

1.	Кафедра	Спортивных дисциплин
2.	Направление подготовки	49.04.01 магистерская программа Профиль – «Подготовка высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта» (магистратура)
3.	Дисциплина (модуль)	Б1.Б.4 Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
4.	Тип заданий	Перечень вопросов к зачету и к экзамену, тестовые задания, тематика Эссе, контрольные вопросы.
5.	Количество этапов формирования компетенций (разделов)	3

Перечень компетенций

ОК-1 способностью к абстрактному мышлению, анализу, синтезу
ОПК-4 способностью осуществлять проектирование образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности.
ПК-11 способностью управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности.

Критерии и показатели оценивания компетенций

Знать: Систему научного знания о физической культуре и спорте ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт, стратегию разрешения проблем в отрасли
Уметь: Оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления

Владеть: Профессиональной речевой коммуникацией на русском языке; методами технологиями профессиональной деятельности; способами определения приоритетных видов профессиональной деятельности в физкультурном образовании спорте, двигательной рекреации и туризме и использования их для решения задач сохранения и укрепления их для решения задач сохранения и укрепления здоровья и повышения качества жизни населения, подготовки спортсменов высокой квалификации.

Опыт деятельности: применения знаний в практической деятельности

Этапы формирования компетенций

1.	Адаптированный спорт и физическая культура
2.	Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной физической культурой
3.	Социально-педагогические, медико-биологические и психологические аспекты физической культуры и спорта

Шкала оценивания за *правильный ответ дается 1 балл)*

60% - «2», 61-80% - «3», 81-90% - «4», 91-100% - «5»

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования Карачаево-Черкесский государственный
университет имени У.Д. Алиева
Кафедра спортивных дисциплин**

Темы контрольных работ по дисциплине:

«Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»

1. Научно-методологические основы построения модели соревновательной деятельности
2. Построение модели физической подготовленности
3. Научно-методические основы прогнозирования в спорте
4. Исследовательские концепции в соответствии с программой магистерской подготовки
5. Научно-теоретические основы изучения и оценки спортивного достижения
6. Основные направления использования средств управления работоспособностью и восстановительными процессами в спорте
7. Интеграция знаний, относящихся к различным разделам теории подготовки спортсменов
8. Совершенствование психологической подготовки спортсменов с учетом изменений соревновательной практики
9. Теория управления движениями в аспекте достижения двигательного совершенства

Критерии оценки: - за правильный ответ выставляется оценка «зачтено».

Составитель:

Э.А. Кубеков

«_____» _____ 2015 г.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования Карачаево-Черкесский государственный
университет имени У.Д. Алиева
Кафедра спортивных дисциплин**

Темы Эссе (рефератов) по дисциплине:

«Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»

1. Структура соревновательной деятельности в современном спорте.
2. Проблема рациональной подготовки спортсменов в свете современных аспектов теории адаптации.
3. Проблема изучения энергообеспечения мышечной деятельности и ее современное состояние.
4. Проблематика изучения нагрузок, применяющихся в спорте, и их влияние на организм спортсмена.
5. Актуальные аспекты изучения утомления и восстановления в системе подготовки спортсменов с учетом условий современной соревновательной практики.
6. Проблема формирования эффективной долговременной адаптации в условиях повышения интенсивности соревновательной деятельности в современном спорте.
7. Современная теория управления движениями и теоретические аспекты технического совершенствования.
8. Актуальные аспекты методики совершенствования техники спортсменов высокой квалификации.
9. Перспективные направления совершенствования психологической подготовки спортсменов с учетом изменений соревновательной практики.
10. Проблема интеграции знаний, относящихся к различным разделам теории подготовки спортсменов, при изучении физических качеств и их видов, проявляемым в различных видах спорта.

- 11.Современные аспекты совершенствования методики развития силы.
- 12.Современные аспекты совершенствования методики развития гибкости.
- 13.Современные аспекты совершенствования методики развития скоростных способностей.
- 14.Современные аспекты совершенствования методики развития координационных способностей.
- 15.Современные аспекты совершенствования методики развития выносливости.
- 16.Актуальные аспекты структуры многолетнего процесса спортивного совершенствования в условиях изменения соревновательной практики.
- 17.Проблема построения подготовки в макроцикле. Варианты построения. Современные концепции.
- 18.Проблема эффективности микро - и мезоструктуры процесса подготовки спортсменов.

Критерии оценки: - оценка «зачтено» выставляется за содержание в реферате задач, методов (перечислить новые факты, выводы и предложения) насыщенной полезной информацией без нежелательных отступлений;
- оценка «не зачтено» за отсутствие выше перечисленных требований.

Составитель:

Э.А. Кубеков

«_____» _____ 2015 г.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования Карачаево-Черкесский государственный
университет имени У.Д. Алиева
Кафедра спортивных дисциплин**

Примерный перечень вопросов к зачету, к экзамену по дисциплине:

«Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»

1. Современная система наук, изучающих физическую культуру и спорт.
2. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте.
3. Интеграция и дифференциализация научного знания в современных условиях.
4. Сущность эволюционного подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
5. Сущность системного подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
6. Сущность синергетического подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
7. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.
8. Проблема конверсии технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания.
9. Научно-методические и организационные аспекты спортизации физического воспитания. Проблематика сама эстетики Р. Шустермана.
10. Социальная обусловленность видов и разновидностей физической культуры и проблема их эффективности.
11. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры.
12. Проблема эффективности традиционных для отечественной системы физического воспитания средств и методов.
13. Научно-методические аспекты аккультурации заимствованных систем физических упражнений.
14. Дальнейшая разработка и уточнение целевых установок отечественной системы физического воспитания.

15. Научно-теоретические аспекты развития программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания.
16. Проблема соответствия содержания закона РФ «О физической культуре и спорте» современной практике физической культуре и спорта.
17. Современная теория обучения двигательным действиям.
18. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса.
19. Двигательная активность человека в свете эволюционного подхода и закономерности развития и утилизации двигательного потенциала индивида.
20. Предметная область и задачи спортивной генетики как новой области знания.
21. Синситивность в развитии двигательных способностей человека. Виды сенситивной и их значение для практики физического воспитания.
22. Гуманистические аспекты изучения спорта. Концепция гуманистики спорта.
23. Методологические аспекты построения современной теории подготовки спортсменов.
24. Современная система знаний, отражающих закономерности подготовки спортсменов.
25. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов и их научно-методическое обеспечение.
26. Научно-теоретические основы подготовки национальных команд ведущих спортивных стран мира.
27. Основные направления совершенствования системы подготовки в олимпийском спорте.
28. Проблема включения вида спорта в программу Олимпийских игр. Классификация олимпийских видов спорта.
29. Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении.

30. Проблема определения результата соревновательной деятельности в современном спорте.
31. Проблема построения стратегии и тактики соревновательной деятельности в условиях современной соревновательной практики.
32. Проблема повышения эффективности техники в спорте высших достижений.
33. Структура соревновательной деятельности в современном спорте.
34. Проблема рациональной подготовки спортсменов в свете • современных аспектов теории адаптации.
35. Проблема изучения энергообеспечения мышечной деятельности и ее современное состояние.
36. Проблематика изучения нагрузок, применяющихся в спорте, и их влияние на организм спортсмена.
37. Актуальные аспекты изучения утомления и восстановления в системе подготовки спортсменов с учетом условий современной соревновательной практики.
38. Проблема формирования эффективной долговременной адаптации в условиях повышения интенсивности соревновательной деятельности в современном спорте.
39. Современная теория управления движениями и теоретические аспекты технического совершенствования.
40. Актуальные аспекты методики совершенствования техники спортсменов высокой квалификации.
41. Перспективные направления совершенствования психологической подготовки спортсменов с учетом изменений соревновательной практики.
42. Проблема интеграции знаний, относящихся к различным разделам теории подготовки спортсменов, при изучении физических качеств и их видов, проявляемым в различных видах спорта.
43. Современные аспекты совершенствования методики развития силы.
44. Современные аспекты совершенствования методики развития гибкости.

45. Современные аспекты совершенствования методики развития скоростных способностей.
46. Современные аспекты совершенствования методики развития координационных способностей.
47. Современные аспекты совершенствования методики развития выносливости.
48. Актуальные аспекты структуры многолетнего процесса спортивного совершенствования в условиях изменения соревновательной практики.
49. Проблема построения подготовки в макроцикле. Варианты построения. Современные концепции.
50. Проблема эффективности микро - и мезоструктуры процесса подготовки спортсменов.

Составитель:

Э.А. Кубеков

«_____» _____ 2015 г.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования Карачаево-Черкесский государственный
университет имени У.Д. Алиева
Кафедра спортивных дисциплин**

Кейс - задача по дисциплине:

«Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»

1. Современная система наук, изучающих физическую культуру и спорт.
2. современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте. Интеграция и дифференциализация научного знания в современных условиях.
3. Сущность эволюционного подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
4. Сущность системного подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
5. Сущность синергетического подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
6. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.
7. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания.
8. Научно-методические и организационные аспекты спортизации физического воспитания.
9. Проблематика соматэстетики Р.Шустермана.
10. Социальная обусловленность видов и разновидностей физической культуры и проблема их эффективности.
11. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры.
12. Проблема эффективности традиционных для отечественной системы физического воспитания средств и методов.
13. Научно-методические аспекты аккультурации заимствованных систем физических упражнений.
14. Дальнейшая разработка и уточнение целевых установок отечественной системы физического воспитания.
15. Научно-теоретические аспекты развития программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания.

Критерии оценки: - оценка «зачтено» выставляется за правильные 10-15 ответов;

- оценка «не зачтено» выставляется за менее 10 ответов.

Составитель:

Э.А. Кубеков

« ____ » ____ 2015 г.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования Карачаево-Черкесский государственный
университет имени У.Д. Алиева**

Кафедра спортивных дисциплин

Тестовое задание по дисциплине:

«Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»

1. Под физической культурой понимается:

- А) часть культуры общества и человека;
- Б) процесс развития физических способностей;
- В) вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств;
- Г) развитие естественных сил природы и воспитание гигиенических качеств.

2. Результатом физической подготовки является:

- А) физическое развитие;
- Б) физическое совершенство;
- В) физическая подготовленность;
- Г) способность правильно выполнять двигательные действия.

3. Когда Россия впервые приняла участие в Олимпийских играх?

- А) 1908 год в Лондоне;
- Б) 1912 год в Стокгольме;
- В) 1952 год в Хельсинки;
- Г) 1928 год в Амстердаме.

4. Бег с остановками и изменению направления по сигналу преимущественно способствует формированию:

- А) координации движений;
- Б) техники движений;
- В) быстроты реакции;
- Г) скоростной силы.

5. Солнечные ванны лучше всего принимать:

- А) с 12 до 16 часов дня;
- Б) до 12 и после 16 часов дня;
- В) в любое время дня при соблюдении необходимых мер предосторожности;
- Г) с 10 до 14 часов.

6. К циклическим видам спорта относятся...:

- А) борьба, бокс, фехтование;
- Б) баскетбол, волейбол, футбол;
- В) ходьба, бег, лыжные гонки, плавание;
- Г) метание мяча, диска, молота.

7. Где и когда были проведены первые Олимпийские игры современности?

- А) 1516 год в Германии;
- Б) 1850 год в Англии;
- В) 1896 год в Греции;
- Г) 1869 год во Франции.

8. Главной причиной нарушения осанки является:

- А) малоподвижный образ жизни;
- Б) слабость мышц спины;
- В) привычка носить сумку на одном плече;
- Г) долгое пребывание в положении сидя за партой.

9. Назовите имя первого Российского олимпийского чемпиона:

- А) Николай Панин-Коломенкин (фигурное катание);
- Б) Иван Поддубный (борьба);
- В) Сергей Елисеев (тяжелая атлетика);
- Г) Анатолий Решетников (легкая атлетика)

10. Документом, представляющим все аспекты организации соревнований, является:

- А) календарь соревнований;
- Б) положение о соревнованиях;

- В) правила соревнований;
- Г) программа соревнований.

11. Профилактика нарушений осанки осуществляется при:

- А) скоростных упражнениях;
- Б) упражнениях «на гибкость»;
- В) силовых упражнениях;
- Г) упражнениях на «выносливость».

12. Какая организация занимается подготовкой и проведением Олимпийских игр?

- А) НХЛ;
- Б) НБА;
- В) МОК;
- Г) УЕФА.

13. В каком виде спорта завоевала золотую медаль дальневосточница Юлия Чепалова на XVII Олимпийских играх?

- А) скоростной спуск;
- Б) конькобежный спринт;
- В) фристайл;
- Г) лыжные гонки.

14. Что определяет техника безопасности?

- А) навыки знаний физических упражнений без травм;
- Б) комплекс мер направленных на обучение правилам поведения, правилам страховки и само страховки, оказания доврачебной помощи;
- В) правильное выполнение упражнений;
- Г) организацию и проведение учебных и внеурочных занятий в соответствии с гигиеническими требованиями.

15. Выберите правильную последовательность действий по оказанию доврачебной помощи при обмороке:

- А) положить пострадавшего в прохладное место, обмахивать полотенцем, дать обильное теплое питье;

- Б) холодный компресс на голову, покой, ногам придают возвышенное положение;
- В) теплый компресс на голову, расстегнуть стесняющую дыхание одежду неглубокий массаж области шеи, холодное питье;
- Г) придать пострадавшему горизонтальное положение, обеспечить приток свежего воздуха, обтереть лицо холодной водой, дать понюхать нашатырь.

16. Какое определение не относится к основным свойствам мышц?

- А) растяжение;
- Б) сокращение;
- В) эластичность;
- Г) постоянность состояния

17. Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в:

- А) укрепление здоровья и воспитание физических качеств людей;
- Б) обучением двигательным действиям и повышении работоспособности;
- В) в совершенствовании природных, физических свойств людей;
- Г) определенным образом организованная двигательная активность.

18. С помощью какого теста не определяется физическое качество выносливость?

- А) 6-ти минутный бег;
- Б) бег на 100 метров;
- В) лыжная гонка на 3 километров;
- Г) плавание 800 метров.

19. Какова протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх?

- А) 42 км 195 м;
- Б) 32 км 195 м;
- В) 50 км 195 м;
- Г) 45 км 195 м.

20. Укажите в каком городе будут проходить летние Олимпийские игры 2008 года?

- А) Гренобль (Франция);
- Б) Токио (Япония);
- В) Пекин (Китай);
- Г) Сент-Луис (США)

21. Укажите, какие упражнения характерны для заключительной части урока физической культуры?

- 1. Упражнения «на выносливость». А) 1.5;
- Б) 3,5;
- 1. Дыхательные упражнения. А) 2, 6;
- 2. Силовые упражнения.
- Г) 3,4.5.
- 3. Скоростные упражнения.
- 4. Упражнения «на гибкость».
- 5. Упражнения «на внимание».

22. Как дозируются упражнения на «гибкость», т.е., сколько движений следует делать в одной серии? Упражнения на гибкость выполняются ...

- А) по 8-16 циклов движений в серии;
- Б) пока не начнет увеличиваться амплитуда движений;
- В) до появления болевых ощущений;
- Г) по 10 циклов в 4 серии.

23. Кто выступил с предложением возродить Олимпийские игры?

- А) Жан Жак Руссо;
- Б) Хуан Антонио Самаранч;
- В) Пьер де Кубертен;
- Г) Ян Амос Каменский.

24. Что такое адаптация?

- А) процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды;

- Б) чередование нагрузки и отдыха во время тренировочного процесса;
- В) процесс восстановления;
- Г) система повышения эффективности функционирования системы соревнований и системы тренировки.

25. Каковы нормальные показатели пульса здорового взрослого нетренированного человека в покое?

- А) 60-80;
- Б) 70-90;
- В) 75-85;
- Г) 50-70.

Отвечая на вопросы 26-30, необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение образует истинное высказывание. Подбранное слово впишите в бланке заданий.

26. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как
_____соскок_____

54649168. Временное снижение работоспособности принято называть

_____утомляемость_____

54649169. Положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры называются

_____упор_____

27. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как

_____группировка_____

28. Двигательные действия, которые направлены на решение задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются:

Физические упражнения

1-а, 2-в, 3-а, 4-в, 5-б, 6-в, 7-в, 8-б, 9-а, 10-б, 11-в, 12-в, 13-г, 14-б, 15-г, 16-г, 17-в, 18-б, 19-а, 20-в, 21-в, 22-в, 23-в, 24-а, 25-а, 26-соскок, 27-утомление, 28-упор, 29-группировка, 30-физическое упражнение.

Критерии оценки: - «зачет» выставляется за правильные 25 ответов, менее 25 ответов выставляется «не зачтено».

Составитель:

Э.А. Кубеков

«_____» _____ 2015 г.