

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН УСИЛЕННОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ЦИФРОВОЙ
ПОДПИСЬЮ сведения об ЭЦП:



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СРЕДНЕРУССКАЯ АКАДЕМИЯ СОВРЕМЕННОГО ЗНАНИЯ»**

Принято на заседании

Педагогического Совета Академии

Протокол от 22 августа 2022 года



**ПРОГРАММА
ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

По дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки

«Физическая культура и спорт. Тренер по виду спорта, преподаватель»

Нормативный срок освоения программы по заочной форме обучения - 612 часов

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ (ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА)

1.1. Программа итоговой аттестации разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года N 499 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам", Уставом, локальными актами Академии. Уставом, локальными актами Академии.

1.2. Итоговая аттестация слушателей, завершающих обучение по дополнительной профессиональной программе (далее – ДПП ПП) профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт. Тренер по виду спорта, преподаватель», 612 часов, является обязательной. По результатам итоговой аттестации слушателю выдается диплом о профессиональной переподготовке установленного образца.

1.3. Итоговая аттестация проводится с использованием дистанционных образовательных технологий в соответствии с Положением о применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ ДО и ПО в АНО ДПО САСЗ, утвержденным Приказом ректора академии от «24» декабря 2020 года № 3/24-12.

II. Требования к итоговой аттестации слушателей

2.1. Итоговая аттестация слушателей по программам профессиональной переподготовки проводится в форме междисциплинарного (итогового) экзамена и не может быть заменена оценкой уровня знаний на основе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации слушателей.

2.2. Итоговый междисциплинарный экзамен по программе обучения наряду с требованиями к содержанию отдельных дисциплин должен устанавливать также соответствие уровня знаний слушателей квалификационным требованиям и (или) профессиональным стандартам по соответствующим должностям, профессиям или специальностям.

2.3. Тесты к итоговому междисциплинарному экзамену, а также критерии оценки знаний слушателей по результатам проведения междисциплинарных зачетов, разрабатываются и утверждаются академией.

2.4. Объем времени аттестационных испытаний, входящих в итоговую аттестацию слушателей, устанавливается учебными планами.

2.5. Форма и условия проведения аттестационных испытаний при освоении программ повышения квалификации, входящих в итоговую аттестацию, доводятся до сведения слушателей при оформлении договора на обучение. Дата и время проведения итогового междисциплинарного экзамена доводится до сведения выпускников не позднее, чем за 30 дней до первого итогового аттестационного испытания.

2.6. Аттестационные испытания, входящие в итоговую аттестацию по ДПП профессиональной переподготовки, проводятся лицом (лицами) из числа профессорско-преподавательского состава и научных работников, и (или) ведущих преподавателей организаций, осуществляющих образовательную деятельность по соответствующему профилю подготовки, и (или) ведущих специалистов профильных предприятий, учреждений, организаций.

2.7. К итоговой аттестации допускаются лица, завершившие обучение по ДПП профессиональной переподготовки и успешно прошедшие все предшествующие аттестационные испытания, предусмотренные учебным планом.

2.8. Слушателям, успешно освоившим соответствующую ДПП и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются документы о квалификации: диплом о профессиональной переподготовке установленного образца.

2.9. При освоении дополнительной профессиональной программы параллельно с получением среднего профессионального образования и (или) высшего образования диплом о

профессиональной переподготовке выдается одновременно с получением соответствующего документа об образовании и о квалификации.

2.10. Слушателям, не прошедшим итоговую аттестацию по уважительной причине (по медицинским показаниям или в других исключительных случаях, документально подтвержденных), предоставляется возможность пройти итоговую аттестацию без отчисления из Академии, в соответствии с медицинским заключением или другим документом, предъявленным слушателем, или с восстановлением на дату проведения итоговой аттестации. В случае, если слушатель был направлен на обучение предприятием (организацией), данный вопрос согласовывается с данным предприятием (организацией).

2.11. Слушателям, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лица освоившим часть дополнительной профессиональной программы и (или) отчисленным из организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому АНО ДПО «САСЗ».

2.12. Слушатели, не прошедшие итоговую аттестацию или получившие на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, вправе пройти повторно итоговую аттестацию в сроки, определяемые АНО ДПО «САСЗ».

III. Компетенции выпускника как совокупный ожидаемый результат образования по завершению освоения данной программы ДПП

При определении профессиональных компетенций учитываются требования:

Приказа Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. N 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура" (с изменениями и дополнениями) Редакция с изменениями N 1456 от 26.11.2020 С изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2020 г., 8 февраля 2021 г

Профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28.03.2019 № 191н

Профессионального стандарта "Тренер-преподаватель», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 года N 952

Перечень профессиональных компетенций качественное изменение и (или) получение которых осуществляется в результате обучения:

Общепрофессиональные компетенции:

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ПК-1 Способен к осуществлению руководства общей физической и специальной подготовкой занимающихся, деятельности по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся

ПК-2 Способен к реализации подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта (группе спортивных дисциплин)

В результате освоения программы ДПП ПП «Физическая культура и спорт. Тренер по виду спорта, преподаватель», 612 часов, слушатель должен приобрести следующие знания, умения и навыки, необходимые для качественного изменения компетенций в рамках имеющейся квалификации, повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации:

Знать:

-Знает основы осуществления профессиональной деятельности в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики и ограничений

-основы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи

-теорию и методику физической культуры. Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры

-основы биомеханики двигательной деятельности в виде спорта (группе спортивных дисциплин)

уметь:

-осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

-осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

-планировать содержание занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий.

Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта.

-оценивать спортивную предрасположенность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов

владеть:

- навыками, проведения тренировочных занятий различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

-технологиями осуществления методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процесса

- Владеет технологиями подбора средств и методов тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся;

планирования тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

- технологиями использования техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки

Итоговая аттестация включает в себя итоговое междисциплинарное тестирование.

№ п/п	Формируемые компетенции	Этапы формирования	Виды работ по итоговой аттестации	Трудоемкость, ак. час
1.	ОПК-4; ОПК-1, ПК-1, ПК-2	Итоговое междисциплинарное тестирование	Процедура итогового междисциплинарного тестирования	20

Показатели оценивания сформированности компетенций в результате прохождения итоговой аттестации

№ п/п	Компетенция	Виды оценочных средств, используемых для оценки сформированности компетенций
		Итоговое междисциплинарное тестирование
1.	ОПК - 4	+
2.	ОПК-1	+
3.	ПК- 1	+
4.	ПК-2	+

Критерии оценки сформированности компетенций

№ п.п.	Виды оценочных средств используемых для оценки компетенций	Компетенции
1.	Уровень усвоения теоретических положений дисциплины, правильность формулировки основных понятий и закономерностей	ОПК – 4; ОПК-1ПК-1; ПК-2
2.	Уровень знания фактического материала в объеме программы	ОПК – 4; ОПК-1ПК-1; ПК-2
3.	Логика, структура и грамотность изложения вопроса	ОПК – 4; ОПК-1ПК-1; ПК-2
4.	Умение связать теорию с практикой.	ОПК – 4; ОПК-1ПК-1; ПК-2
5.	Умение делать обобщения, выводы.	ОПК – 4; ОПК-1ПК-1; ПК-2

IV. ОПИСАНИЕ КРИТЕРИЕВ, ПОКАЗАТЕЛЕЙ И ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

Критерии и шкалы оценивания

№ пп	Оценка	Критерии оценивания
1	Отлично	<p>Слушатель должен:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; - исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; - правильно формулировать определения; - продемонстрировать умения самостоятельной работы с литературой; - уметь сделать выводы по излагаемому материалу.
2	Хорошо	<p>Слушатель должен:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продемонстрировать достаточно полное знание программного материала; - продемонстрировать знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал;

		<ul style="list-style-type: none"> - продемонстрировать умение ориентироваться в литературе; - уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу.
3	Удовлетворительно	<p>Слушатель должен:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продемонстрировать общее знание изучаемого материала; - показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины; - уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - знать основную рекомендуемую программой учебную литературу.
4	Неудовлетворительно	<p>Слушатель демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - незнание значительной части программного материала; - не владение понятийным аппаратом дисциплины; - существенные ошибки при изложении учебного материала; - неумение строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - неумение делать выводы по излагаемому материалу.
5	Зачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровнях «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».
6	Незачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровне «неудовлетворительно».

По результатам итогового междисциплинарного экзамена, включенного в итоговую аттестацию, выставляются отметки.

Положительные отметки означают успешное прохождение итоговой аттестации – итогового междисциплинарного экзамена.

Шкала междисциплинарного тестирования

пп	Оценка	Шкала
	Отлично	Количество верных ответов в интервале: 85-100%
	Хорошо	Количество верных ответов в интервале: 70-84%
	Удовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 50-69%
	Неудовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 0-49%
	Зачтено	Количество верных ответов в интервале: 40-100%
	Незачтено	Количество верных ответов в интервале: 0-39%

V. ТИПОВЫЕ ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Темы для подготовки к итоговому междисциплинарному экзамену, итоговому междисциплинарному тестированию:

Анатомия, физиология. Биохимия, биомеханика
Теория и методика избранного вида спорта (спортивная специализация по выбору слушателя).
Правовые и экономические основы спортивной организации

Демонстрационный вариант теста

Венозные клапаны:

- +а) препятствуют обратному току крови;
- б) подталкивают кровь к сердцу;
- в) регулируют просвет сосудов;
- г) направляют движение крови от сердца.

Кровь в аорту поступает из:

- а) из правого желудочка сердца;
- б) левого предсердия;
- +в) левого желудочка сердца;
- г) правого предсердия.

Полые вены впадают в:

- а) левое предсердие
- +б) правое предсердие;
- в) левый желудочек;
- г) правый желудочек.

Нервные центры, регулирующие сердечную деятельность, расположены в мозге:

- а) спинном;
- б) среднем;
- в) промежуточном;
- +г) спинном и продолговатом.

Максимальным считается давление крови в:

- а) Верхней полой вене;
- +б) аорте;
- в) лёгочной вене;
- г) лёгочной артерии.

Учащает работу сердца гормон:

- а) тироксин;
- +б) адреналин;
- в) норадреналин;
- г) авзопрессин.

Какая ткань обеспечивает жёсткость дыхательных путей:

- а) костная;
- б) железистый эпителий;
- +в) хрящевая и волокнистая;
- г) мерцательный эпителий?

В пищеварительном тракте питательные вещества:

- +а) переводятся в растворимое состояние;
- б) усложняются по своему химическому строению;
- в) не изменяются по своему химическому строению;
- г) только механически обрабатываются.

Из аминокислот состоят:

- а) жиры;
- б) нуклеиновые кислоты;
- в) углеводы;
- +г) белки.

Продуктами распада жиров являются:

- а) глюкоза;
- +б) глицерин и жирные кислоты;
- в) нуклеотиды;
- г) аминокислоты.

Синтезируются в клетках печени:

- а) серотонин;
- б) глюкагон;
- +в) гликоген;
- г) инсулин.

При пониженной кислотности в желудке может быть нарушено расщепление:

- а) белков;
- +б) углеводов;
- в) жиров;
- г) нуклеиновых кислот.

Окончательное переваривание и всасывание питательных веществ в кровь происходит:

- +а) в тонком кишечнике;
- б) в толстом кишечнике;
- в) в прямой кишке;
- г) в желудке.

Структурной единицей почки является:

- а) капсула
- б) петля Генле
- в) пирамиды
- +г) нефрон

Центральная нервная система образована:

- +а) головным и спинным мозгом;
- б) головным мозгом и черепно-мозговыми нервами;
- в) спинным мозгом и спинно-мозговыми нервами;
- г) нервами, нервными сплетениями и узлами.

Импульсы от органа в мозг проводят:

- а) двигательные нейроны;
- б) вставочные нейроны;
- +в) чувствительные нейроны;
- г) все указанные нейроны.

Нервные узлы образованы:

- а) аксонами;
- б) нервами;
- в) дендритами;
- +г) телами нейронов;

Сколько пар спинно-мозговых нервов у человека?

- а) 12
- +б) 31
- в) 22
- г) 44

Каким из рефлексов управляет крестцовый отдел спинного мозга?

- +а) коленным;
- б) отдергиванием руки при ожоге;
- в) дыхательным;
- г) регуляцией углеводного обмена.

Центры зрения и слуха находятся в:

- а) мозжечке;
- б) мосте;
- в) продолговатом мозге;
- +г) среднем мозге.

Примитивная кора головного мозга впервые появилась у:

- а) млекопитающих;
- б) земноводных;
- +в) рептилий;
- г) рыб;

Нервные импульсы, идущие от костей, суставов, мышц, идут в:

- а) височную долю;
- +б) лобную долю;
- в) затылочную долю;
- г) теменную долю.

При возбуждении симпатических волокон сердечная деятельность:

- +а) усиливается;
- б) ослабляется;
- в) не изменяется.

На сетчатке возникает изображение предмета:

- а) нормальное;
- б) перевёрнутое увеличенное;
- +в) перевёрнутое, уменьшенное.

Аккомодация-это:

- а) способность хрусталика изменять свою кривизну при изменении расстояния до предмета;
- б) возбуждение зрительных рецепторов;
- в) вращение глаза при боковом расположении предмета.

Чем раздражаются слуховые рецепторы:

- а) звуковой волной;
- +б) колебаниями жидкости;
- в) колебаниями барабанной перепонки;
- г) колебаниями мембраны овального окна?

К барабанной перепонке прикрепляется:

- а) мембрана овального окошка;
- б) наковальня;
- в) стремечко;
- +г) молоточек.

Центральный отдел температурной чувствительности находится;

- а) на внутренней поверхности височной доли;
- +б) в задней центральной извилине;
- в) в передней центральной извилине;
- г) в любой доле.

Эпидермисом называют:

- а) наружный, слущивающий слой кожи;
- б) подкожную клетчатку;
- +в) наружный и ростковый слой;
- г) дерму.

Какими тканями образована кожа и её структуры?

- а) мышечной и соединительной;
- б) покровной и мышечной;
- в) мышечной и нервной;
- +г) всеми видами тканей.

1. Укажите клетку, которая может самостоятельно двигаться:

- а) нейрон;
- + б) лейкоцит;
- в) яйцеклетка.

2. Какая ткань человеческого организма покрывает суставную поверхность сочленяющихся костей?

- а) эпителиальная;
- + б) соединительная;
- в) нервная.

3. Укажите кости скелета человека, которые соединены между собой неподвижно:

- + а) лобная и височная;
- б) локтевая и плечевая;
- в) бедренная и большеберцовая.

Укажите признак патологического лордоза:

- а) искривление позвоночника вправо или влево;
- + б) чрезмерный изгиб позвоночника вперед;
- в) чрезмерный изгиб позвоночника назад.

Отдел головного мозга, который отвечает за координацию движений:

- а) продолговатый мозг;
- + б) мозжечок;
- в) варолиев мост.

В каком из органов центральной нервной системы белое вещество находится снаружи серого?

- а) средний мозг;
- б) мозжечок;
- + в) спинной мозг.

В каком участке сетчатки находится больше всего колбочек?

- а) конъюнктура;
- + б) желтое пятно;
- в) слепое пятно.

Какая сенсорная система находится в полукружных каналах внутреннего уха?

- + а) равновесия;
- б) болевая;
- в) тактильная.

Тимус (вилочковая железа) у детей, в отличие от взрослых:

- а) недоразвита;
- + б) функционирует полноценно;
- в) контролирует функциональность других желез внутренней секреции.

Какая их желез внутренней секреции имеет форму бабочки?

- + а) щитовидная;
- б) эндокринная часть поджелудочной;
- в) эпифиз.

Какой сердечный клапан отделяет правое предсердие от правого желудочка?

- а) митральный;
- + б) трикуспидальный;
- в) карманный.

Какое главное отличие между кровеносной и лимфатической системами?

- а) только лимфатическая система выполняет защитную функцию;
- б) лимфа, в отличие от крови, движется медленно;
- + в) только у кровеносной системы есть центральный орган.

Красные кровяные тельца образуются в костном мозге. А какой орган можно назвать «кладбищем эритроцитов»?

- а) печень;
- + б) селезенка;
- в) почки.

Физиологический процесс, во время которого диафрагма растягивается под давлением органов брюшной полости:

- + а) вдох;
- б) выдох;
- в) чихание.

Почему левое легкое меньше за правое?

- а) оно не меньше, оно просто более объемное;
- б) оно выполняет меньше функций, нежели правое;
- + в) оно «уступило» свое место сердцу.

Укажите характеристику плевральной полости:

- а) наполнена воздухом;
- + б) имеет отрицательное давление;
- в) находится между тремя листками плевры.

Фермент, который расщепляет углеводы в ротовой полости:

- а) пепсин;
- б) липаза;
- + в) амилаза.

Сколько у взрослого человека есть резцов?

- а) 4;
- + б) 8;
- в) 12.

Отдел пищеварительного тракта, в котором к перетравливаемым веществам добавляется желчь:

- а) желудок;
- + б) тонкий кишечник;
- в) толстый кишечник.

Из скольких отделов состоит тонкая кишка?

- а) 2;
- + б) 3;
- в) 4.

Какие органические вещества ускоряют прохождение жизненных процессов в клетке?

- а) ингибиторы;
- б) катализаторы;
- + в) ферменты.

Какое из этих утверждений правильное?

- а) Во время болезни человеку нужно усиленно питаться для укрепления иммунитета.
- + б) Иммунная система, как правило, не считает чужеродные тела опасными, если они не имеют белковую структуру.
- в) Приобретенный пассивный иммунитет развивается после перенесенного заболевания.

Какое из этих утверждений неправильное?

- а) На холоде кровеносные сосуды кожи сужаются.
- б) Значительное потоотделение уменьшает объем циркулирующей в организме крови и, таким образом, снижает частоту сердечных сокращений.
- + в) Слой подкожной жировой клетчатки стимулирует теплоотдачу.

Управление – это:

- + процесс планирования, организации, мотивации и контроля, необходимые для того, чтобы сформулировать и достичь целей;
- особый вид деятельности, превращающий неорганизованную толпу в эффективно и целенаправленно работающую производственную группу;
- эффективное и производительное достижение целей предприятия посредством планирования, организации и лидерства руководителя.

Менеджмент – это:

- процесс планирования, организации, мотивации и контроля, необходимые для того, чтобы сформулировать и достичь целей;
- особый вид деятельности, превращающий неорганизованную толпу в эффективно и целенаправленно работающую производственную группу;
- + эффективное и производительное достижение целей предприятия посредством планирования, организации и лидерства руководителя.

Какие бывают виды разделения труда менеджеров?

- функциональное;
- + горизонтальное;
- + вертикальное;
- прямое.

Сколько существует иерархических уровней менеджмента?

- 5;
- + 3;
- 9.

Кто относится к среднему уровню менеджеров?

- заместители;
- + руководители подразделений;
- руководители групп.

Функции менеджмента бывают:

- общие, индивидуальные;
- групповые, специфические;
- конкретные, расширенные;
- правильного ответа нет.

Выберите правильные функции менеджмента:

- + планирование;
- + координирование;
- распределение;
- стимулирование;
- все ответы верны.

Планирование – это:

- + управленческая деятельность, отраженная в планах и фиксирующая будущее состояние менеджмента в текущее время;
- перспективная ориентация в рамках распознавания проблем развития;
- обеспечение целенаправленного развития организации в целом и всех её подразделений.

Сформулируйте задачи планирования:

- + перспективная ориентация в рамках распознавания проблем развития;
- обеспечение целенаправленного развития организации в целом и всех её подразделений.
- создание базы для эффективного контроля путем сравнения показателей.

По форме планирование бывает:

- тактическое;
- конкретное;
- + перспективное.

Необходимость планирования заключается в определении:

- + конечных и промежуточных целей;
- + задач, решение которых необходимо для достижения целей;
- + средств и способов решения задач;
- правильного ответа нет.

Средствами спортивной тренировки в избранном виде спорта являются:

- a) Обще подготовительные упражнения;
- b) Избранные соревновательные, специально подготовительные, обще подготовительные упражнения;**
- c) Избранные соревновательные упражнения;
- d) Соревновательные упражнения;
- e) Специально подготовительные упражнения;

Упражнения, которые по координационной структуре, характеру выполнения соответствовали избранной спортивной дисциплине, называются:

- a) Специально подготовительные
- b) Имитационные;**
- c) Гимнастические;
- d) Обще развивающие;
- e) Подводящие;

Практические методы спортивной тренировки – это:

- a) Методы общей и специальной физической подготовки.
- b) Методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный;**
- c) Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
- d) Специфические и общепедагогические;

е) Игровой и соревновательный;

Непрерывные методы тренировки, применяемые в условиях равномерной и переменной работы, используются для воспитания:

- а) Специальной координации;
- б) Специальной быстроты.
- в) Специальной выносливости;**
- д) Специальной гибкости;
- е) Специальной ловкости;

Укажите, что являются средствами технической подготовки:

- а) Физические упражнения;
- б) Игровые и соревновательные упражнения.
- в) Обще подготовительные, специально подготовительные, соревновательные;**
- д) Упражнения, направленные на формирование двигательных действий;
- е) Тренировочные снаряды и оборудование;

Укажите, какие задачи решает общая техническая подготовка:

- а) Степень освоения техники вида спорта;
- б) Повышения технического уровня подготовленности в избранном виде спорта;
- в) Уровень освоения фонда двигательных умений и навыков, которые способствуют выполнению эффективных приемов в условиях соревновательной деятельности.

д) Расширения фонда двигательных умений и навыков, а также в воспитании двигательно-координационных способностей, которые способствуют техническому совершенствованию в избранном виде спорта;

- е) Выполнения эффективных приемов и действий в сложных условиях;

Спортивная подготовка – это:

- а) Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфическое отношение нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- б) Упорядочная, организация деятельности по обеспечению совершенствования спортсмена в сфере спорта;
- в) Педагогический процесс, направленный на развитие физических способностей в избранном виде спорта.

д) Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;

- е) Повторное выполнение спортивного упражнения;

Специфическими средствами и методами тактической подготовки в избранном виде спорта являются:

- а) Соревновательные и игровые упражнения;
- б) Индивидуальные упражнения;
- в) Групповые упражнения.
- д) Тактические упражнения или специально подготовительные и соревновательные упражнения;**
- е) Избранные упражнения;

Интервальные методы тренировки – это:

- а) Повторные методы;
- б) Комбинированные методы;

- с) Игровые и соревновательные методы;
- д) Равномерные и переменные методы.
- е) **Повторные и комбинированные методы;**

Тактическое мышление – это:

- а) Способность спортсмена быстро воспринимать и перерабатывать информацию;
- б) Оценка соревновательной ситуации;
- с) Специальная тактическая подготовка;
- д) Оценка развития ситуации на площадке в процессе соревновательной деятельности.
- е) **Формирование тактических знаний, умений и навыков;**

Физические упражнения – это:

- а) Мобилизующие, корригирующие средства;
- б) Упражнения повышенной интенсивности;
- с) Специфические упражнения избранного вида спорта;
- д) Специально подготовительные упражнения.
- е) **Упражнения, оказывающие воздействие на организм и личность человека;**

Совокупность способов применения технических приемов в соответствии с условиями соревнования – это:

- а) **Тактика;**
- б) Реакция;
- с) Техника;
- д) Стадия;
- е) Интеракция.

В современной классификации тренировочных и соревновательных нагрузок выделяют несколько зон. Укажите сколько этих зон?

- а) Десять зон.
- б) **Пять зон;**
- с) Шесть зон;
- д) Семь зон;
- е) Восемь зон;

В зависимости от масштаба времени, в пределах которого протекает тренировочный процесс, различают:

- а) Структуру многолетних тренировочных циклов.
- б) **Микроструктуру, мезоструктуру, макроструктуру;**
- с) Структуру отдельного тренировочного занятия.
- Структуру этапов тренировки.
- е) Структуру больших тренировочных циклов.

На сколько этапов делится процесс многолетней подготовки спортсменов:

- а) На 6 этапов;
- б) На 2 этапа.
- с) **На 4 этапа;**
- д) На 3 этапа;
- е) На 5 этапов;

Система воздействий, применяемых для формирования и совершенствования необходимых для спортсмена таких качеств, как целеустремленность, решительность, смелость, настойчивость и т.д., такая подготовка называется:

- a) Специальная подготовка.
- b) Психическая подготовка.
- c) Интегральная подготовка.
- d) Специфическая подготовка.
- e) **Волевая подготовка.**

На основе комплексного контроля можно правильно оценить эффективность:

- a) Результаты тренировки.
- b) Физической подготовки.
- c) Спортивных результатов.
- d) Техничко-тактической подготовки.
- e) **Спортивной тренировки.**

Эффективность системой тренировки обеспечивается:

- a) Внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
- b) Путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки;
- c) Наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса.
- d) Способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
- e) **Достижение запланированных спортивных результатов в определенных стартах;**

Уровень совершенствования двигательных навыков – это результат:

- a) **Технической подготовки;**
- b) Игровой подготовки;
- c) Соревновательной подготовки;
- d) Научно-методического обеспечения;
- e) Теоретической подготовки.

Совокупность двигательных действий, которые являются средством ведения спортивной борьбы и выполняются по возможности в соответствии с правилами состязаний по избранному виду спорта - это:

- a) **Избранные соревновательные упражнения;**
- b) Соревновательные упражнения;
- c) Игровые упражнения;
- d) Специально подготовительные упражнения;
- e) Тактические упражнения.

Обще подготовительные упражнения являются преимущественно средствами:

- a) **Общей подготовки спортсмена;**
- b) Специальной подготовки спортсмена;
- c) Интегральной подготовки спортсмена;
- d) Технической подготовки спортсмена;
- e) Тактической подготовки.

К методам строго регламентированного упражнения в спортивной тренировке относятся :

- a) Методы общей и специальной физической подготовки.
- b) Методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники и методы, направленные преимущественно на воспитание физических качеств;**
- c) Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств;
- d) Специфический и общепедагогические;
- e) Игровой и соревновательный;

Под технической подготовкой следует понимать:

- a) Способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера.
- b) Степень освоения спортсменом системы движений (техники вида спорта), соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижения высших спортивных результатов;**
- c) Выполнения упражнения с целью достижения наиболее технического результата;
- d) Специфическая двигательная активность спортсмена, целью которой является установление определенных технических результатов;
- e) Планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена техническими действиями;

Основными показателями способности спортсмена к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях в избранном виде спорта является:

- a) Эффективность техники;
- b) Экономичность техники.
- c) Стабильность техники;**
- d) Результативность техники;
- e) Вариативность техники;

Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям спортсмена, называется:

- a) Прикладной физической подготовкой;
- b) Специальной двигательной подготовкой.
- c) Специальной физической подготовкой;**
- d) Спортивной подготовкой;
- e) Общей физической подготовкой;

В режимах непрерывной и интервальной работы в процессе спортивной тренировки используется:

- a) Специфический метод;
- b) Комбинированный метод;
- c) Смешанный метод.
- d) Круговой метод;**
- e) Повторный метод;

Педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности называется:

- a) Тренировочной подготовкой;

- b) Соревновательной подготовкой;
- c) Технической подготовкой.
- d) Тактической подготовкой;**
- e) Специальной подготовкой;

Спортивная тренировка – это:

- a) Повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
- b) Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- c) Упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта;
- d) Исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса.
- e) Планируемый педагогический процесс, включающий обучение баскетболиста спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;**

Элементы соревновательных действий, их связи и вариации, а также движения и действия, существенно сходные с ними по форме или характеру проявляемых способностей, эти упражнения называются:

- a) Специально подготовительные;**
- b) Соревновательные;
- c) Игровые;
- d) Подвижные;
- e) Физические упражнения.

Какие упражнения относятся к специализированным средствам спортивной тренировки:

- a) Соревновательные и специально подготовительные;**
- b) Игровые и соревновательные;
- c) Подводящие и подвижные;
- d) Развивающие и имитационные;
- e) Упражнения, направленные на развитие специальных физических качеств.

В спортивной тренировке, разучивание движения в целом осуществляется

- a) В результате объяснения упражнения преподавателем, восприятия показываемых движений, просмотра наглядных пособий, анализа собственных мышечных и других ощущений.
- b) При освоении относительно простых упражнений, а также сложных движений, разделение которых на части невозможно;**
- c) На этапе начального разучивания двигательного действия;
- d) В рамках одного занятия;
- e) До необходимой степени совершенства;

Метод, который характеризуется чередованием интенсивности усилий, называется:

- a) Соревновательным методом.
- b) Попеременный метод;**
- c) Равномерным методом;
- d) Интервальным методом;
- e) Игровым методом;

В избранном виде спорта средствами технической подготовки являются:

- a) Физические упражнения;
- b) Игровые и соревновательные упражнения.
- c) Обще подготовительные, специально подготовительные, соревновательные;**
- d) Упражнения, направленные на формирование двигательных действий;
- e) Тренировочные снаряды и оборудование;

Способность спортсмена к выполнению эффективных приемов и действий в сложных условиях является показателем:

- a) Вариативности техники;
- b) Мобильности техники.
- c) Стабильности техники;**
- d) Экономичности техники;
- e) Эффективности техники;

Укажите, на что направлена общая тактическая подготовка:

- a) На совершенствования тактических действий;
- b) На реализацию тактических действий в избранном виде спорта.
- c) На овладение знаниями и тактическими навыками;**
- d) На овладение знаниями и техническими навыками;
- e) На овладение игровыми и соревновательными навыками;

VI. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ИТОГОВОГО МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО ЭКЗАМЕНА

6.1. Итоговая аттестация проводится в соответствии с Положением о порядке проведения итоговой аттестации с использованием дистанционных технологий в Автономной некоммерческой организации дополнительного образования «Среднерусская академия современного знания».

6.2. Итоговая аттестация с использованием дистанционных технологий (далее – Итоговая аттестация) проводятся для слушателей, завершивших обучение по программам дополнительного профессионального образования или профессионального обучения.

6.3. Итоговая аттестация организуется с использованием средств информационно-коммуникационной сети «Интернет» в форме видеоконференции в режиме онлайн, с использованием Системы дистанционного обучения «Прометей 5.0» и платформы Pruffme и (или) программного обеспечения Skype. Процесс идентификации поступающего и проведения итоговой аттестации фиксируется при помощи технической видеозаписи.

6.4. Слушатели, участвующие в итоговой аттестации, должны обеспечить выполнение следующих технических и программных требований:

Наличие выхода в информационно-коммуникационную сеть «Интернет» с скоростью не ниже 60 Мбит/с (мегабит в секунду) в секунду;

Наличие динамиков/наушников, микрофона, web-камеры;

Доступ к платформе Pruffme или наличие действующей регистрации в программном обеспечении Skype .

6.5. Техническое сопровождение со стороны Академии осуществляют специалисты учебного отдела, проктор(ы) и аттестационные комиссии.

6.6. В обязанности сотрудников учебного отдела входит техническое сопровождение процесса итоговой аттестации, консультирование и помощь участникам процесса до и во время проведения итоговой аттестации, а также в случае возникновения технических сбоев, осуществляют выдачу доступа к аттестации.

6.7. Проктор - специальный сотрудник, осуществляющий мониторинг прохождения итоговой аттестации. Прокторы выбираются из числа сотрудников Академии. Прокторы проходят инструктаж и обучение в обязательном порядке.

В обязанности проктора входит идентификация личности слушателя, а также фиксация нарушений во время прохождения итоговой аттестации, анализ хода итоговой аттестации. Проктор отмечает в материалах итоговой аттестации наличие или отсутствие нарушений, ведет техническую запись.

6.8. Аттестационные комиссии фиксируют результаты итоговой аттестации протоколами и (или) ведомостями итоговой аттестации.

6.9. Во время подготовки слушатели имеют право пользоваться нормативно-справочной литературой.

VII. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОМУ ИТОВОМУ ТЕСТИРОВАНИЮ

При подготовке к итоговому аттестационному экзамену слушателю выдается список основной и дополнительной литературы ЭБС IPRbooks по дисциплинам ДПП профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт. Тренер по виду спорта, преподаватель», 612 часов.

7.1. Основная литература:

1. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85832.html> (дата обращения: 30.07.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/85832>

2. Федюкович, Н. И. Анатомия и физиология человека : учебник / Н. И. Федюкович. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. — 574 с. — ISBN 978-5-222-35193-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/102169.html> (дата обращения: 29.07.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Новокрещенов, В. В. Менеджмент физической культуры и спорта : учебное пособие / В. В. Новокрещенов. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 185 с. — ISBN 978-5-4486-0369-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/75953.html> (дата обращения: 29.07.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/75953>

7.2. Дополнительная учебная литература

1. Якимов, А. М. Инновационная тренировка выносливости в циклических видах спорта / А. М. Якимов, А. С. Ревзон. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 100 с. — ISBN 978-5-9500178-3-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74294.html> (дата обращения: 30.07.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности : учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 296 с. — ISBN 978-5-906839-41-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55577.html> (дата обращения: 29.07.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Сусикова, Т. С. Экономика физической культуры и спорта : практикум / Т. С. Сусикова, Н. Р. Арбузина. — Омск : Сибирский государственный университет физической

культуры и спорта, 2020. — 116 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109704.html> (дата обращения: 29.07.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей