

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет физической культуры и спорта

---

УТВЕРЖДЕНО  
решением Ученого совета ННГУ  
протокол № 10 от 02.12.2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Прикладные и технические виды спорта

---

Уровень высшего образования  
Бакалавриат

---

Направление подготовки / специальность  
49.03.03 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

---

Направленность образовательной программы  
Организация активного отдыха, фитнес и спортивно-оздоровительный туризм

---

Форма обучения  
очная

---

г. Нижний Новгород

2025 год начала подготовки

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.39 Прикладные и технические виды спорта относится к обязательной части образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ОПК-15: Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий	ОПК-15.1: Знает: - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - устройство спортсооружений для инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в виде спорта; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования; - значение материально-технического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-15.2: Умеет: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по видам	ОПК-15.1: - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в виде спорта; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования;  ОПК-15.2: - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по видам спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;  ОПК-15.3: - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по виду спорта с использованием инвентаря и оборудования;	Доклад Доклад-презентация Тест	Зачёт: Контрольные вопросы  Экзамен: Контрольные вопросы

	<p>спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам; - определить экономические показатели, характеризующие материально-технического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности; ОПК-15.3: Имеет опыт - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по виду спорта с использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований по виду спорта; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря; - определить затраты физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.</p>			
<p>ОПК-2: Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и</p>	<p>ОПК-2.1: Знает: - историю и современное состояние вида спорта, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение вида спорта в системе физкультурно-спортивной деятельности; - терминологию вида спорта - правила и организацию соревнований по виду</p>	<p>ОПК-2.1: особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса;</p> <p>ОПК-2.2: ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации;</p>	<p>Доклад Доклад-презентация Тест</p>	<p>Экзамен: Контрольные вопросы</p> <p>Зачёт: Контрольные вопросы</p>

<p>когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>спорта; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами вида спорта; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях по виду спорта; - средства вида спорта и возможности его применения в физкультурно-спортивной деятельности; -основы обучения по виду спорта.</p> <p>ОПК-2.2: Умеет: - применять методы организации учебной деятельности физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию занятий физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия; - распределять на протяжении занятия средства вида спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - использовать средства вида спорта для проведения подготовительной части</p>	<p>ОПК-2.3: - проведения тестирования подготовленности занимающихся в виде спорта;</p>		
--	---	--	--	--

	<p>занятий, формирования необходимых навыков и развития физических качеств; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях; - использовать существующие методики проведения соревнований по виду спорта; - проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по виду спорта; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых и рекреационных мероприятиях; - анализировать эффективность проведения занятий физкультурно-спортивной направленности и рекреационных мероприятий; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики физического развития и физической подготовленности обучающихся на занятиях.</p> <p>ОПК-2.3: Имеет опыт: - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных физических упражнений в виде спорта - владения</p>			
--	--	--	--	--

	<p>техникой двигательных действий в виде спорта; - проведения фрагмента занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационного мероприятия по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств; - проведения занятия физкультурно-спортивной направленности и рекреационного мероприятия ; - участия в судействе соревнования по виду спорта; - проведения физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) по виду спорта; проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации средствами вида спорта</p>			
--	--	--	--	--

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	<b>очная</b>
<b>Общая трудоемкость, з.е.</b>	<b>6</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>216</b>
в том числе	
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>	
- занятия лекционного типа	52
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	52
- КСР	3
<b>самостоятельная работа</b>	<b>73</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>36</b>
	<b>Экзамен, Зачёт</b>

#### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего	в том числе
--	-------	-------------

	(часы)	Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы	Всего	
	0 Ф 0	0 Ф 0	0 Ф 0	0 Ф 0	0 Ф 0
1. Ведение в предмет. 1.1. История стрельбы как вида спорта. 1.2. Краткая история развития стрелкового оружия.	14	4	4	8	6
2. Теоретическая подготовка в пулевой стрельбе.	14	4	4	8	6
3. Практическая подготовка в пулевой стрельбе.	14	4	4	8	6
4. Основы практической стрельбы.	14	4	4	8	6
5. Порядок подготовки и организации проведения соревнований по пулевой стрельбе.	14	4	4	8	6
6. Спортивная радиосвязь на коротких волнах (КВ)	14	4	4	8	6
7. Нормативная документация в сфере физической культуры и спорта	14	4	4	8	6
8. Общая характеристика радиоспорта. Спортивное ориентирование.	14	4	4	8	6
9. Введение в спортивную радиопеленгацию.	14	4	4	8	6
10. Исторический обзор развития автомобильного и мотоциклетного спорта в мире и в России. Современное состояние автомобильного и мотоциклетного спорта в России.	13	4	4	8	5
11. Техника безопасности при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом. Аспекты конструкции и расположение органов управления гоночных болидов и мотоциклов.	13	4	4	8	5
12. Техника – тактические особенности управления гоночным автомобилем. Техника – тактические особенности управления гоночным мотоциклом.	13	4	4	8	5
13. Основы теории и методики тренировки в автомобильном и мотоспорте.	12	4	4	8	4
Аттестация	36				
КСР	3			3	
Итого	216	52	52	107	73

### Содержание разделов и тем дисциплины

1. Ведение в предмет. 1.1. История стрельбы как вида спорта. 1.2. Краткая история развития стрелкового оружия.

Краткая история возникновения и развития стрелкового спорта. Выступление советских стрелков на чемпионатах мира и Олимпийских играх. История развития советского стрелкового оружия.

Международный союз стрелкового спорта. Европейская конфедерация стрелкового спорта. Федерация пулевой стрельбы.

2. Теоретическая подготовка в пулевой стрельбе.

Меры безопасности при выполнении упражнения в пулевой стрельбе. Понятие о прицельном выстреле. Общая характеристика выполнения меткого выстрела. Основы техники стрельбы.

3. Практическая подготовка в пулевой стрельбе.

Физическая подготовка. Техническая (стрелковая) подготовка. Методики обучения стрельбе из винтовки. Снаряжение, удержание оружия, пристрелка оружия. Перенос оружия, перезарядка оружия. Методика тренировки с незаряженным оружием «вхолостую». Требования к пистолетам.

Требование к карабинам. Требование к ружьям.

4. Порядок подготовки и организации проведения соревнований по пулевой стрельбе.

Действие положения. Классификация соревнований, сроки и место проведения. Цель и задачи, программа соревнований, организаторы и проводящие организации. Организация судейства. Подготовка и обеспечение соревнований. Организация, проводящая соревнования, обязана. Участники соревнований. Обязанности и права участников. Руководитель команды. Обязанности спортсмена. Судейская коллегия соревнований. Результаты соревнований.

Протесты. Определение занятых мест. Премахи.

6. Спортивная радиосвязь на коротких волнах (КВ)

7. Нормативная документация в сфере физической культуры и спорта.

Федеральное законодательство в сфере физической культуры и спорта.

8. Общая характеристика радиоспорта. Спортивное ориентирование.

Группа спортивных дисциплин «Спортивная радиопеленгация». Группа спортивных дисциплин «радиосвязь на КВ».

9. Введение в спортивную радиопеленгацию.

Обнаружение радиопередающих устройств. Направленные антенны. Приемник-пеленгатор. Проблема определения расстояния до передатчика.

10. Исторический обзор развития автомобильного и мотоциклетного спорта в мире и в России.

Современное состояние автомобильного и мотоциклетного спорта в России.

11. Техника безопасности при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом. Аспекты конструкции и расположение органов управления гоночных болидов и мотоциклов.

Меры безопасности в спортивных автомобилях. Меры безопасности в мотоспорте.

12. Техничко – тактические особенности управления гоночным автомобилем. Техничко – тактические особенности управления гоночным мотоциклом.

Общие принципы. Тактика в автомобильных дисциплинах. Тактика в мотодисциплинах.

13. Основы теории и методики тренировки в автомобильном и мотоспорте.

Физическая подготовка. Спортивно-техническая подготовка. Психологическая подготовка.

#### **4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

Электронные курсы, созданные в системе электронного обучения ННГУ:

Теория и методика избранных видов спорта (ПТВС), <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=4599>.

#### **5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:**



### **5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Доклад) для оценки сформированности компетенции ОПК-2:**

1. Обоснование содержания и форм спортивного отбора в видах спорта (на примере конкретного вида спорта).
2. Обоснование методики использования количественно-качественных показателей спортивных тестов для отбора детей в различные виды спорта (на примере конкретного вида спорта).
3. Контроль физических качеств спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
4. Контроль соревновательной деятельности в виде спорта.
5. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в виде спорта.
6. Моделирование в спорте. Состав и содержание модельных характеристик (на примере конкретного вида спорта).
7. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
8. Соревнования и тренировка в условиях среднегорья и высокогорья, в условиях жаркого и холодного климата.
9. Соревнования и тренировка в связи с изменениями географического пояса и погодных условий.
10. Тренажеры в системе спортивной подготовки. Диагностическая и управляющая аппаратура в подготовке спортсмена (на примере конкретного вида спорта).

### **5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Доклад) для оценки сформированности компетенции ОПК-15:**

1. Основные тенденции развития спорта и системы спортивной подготовки.
2. Формирование теории спорта. Становление и развитие научно-методических основ системы спортивной подготовки.
3. Спортивные результаты как атрибут спорта. Факторы и тенденции их динамики.
4. Социальные функции спорта и направления спортивного движения в обществе.
5. Система спортивных соревнований (на примере конкретного вида спорта). Соревновательная нагрузка в виде спорта. Нагрузка соревновательного упражнения.
6. Содержание и особенности соревновательной деятельности спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
7. Обоснование использования соревнований в совершенствовании тактической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
8. Средства и методы спортивной тренировки (на примере конкретного вида спорта).
9. Тренировочные и соревновательные нагрузки, их классификация и компоненты (на примере конкретного вида спорта).
10. Закономерности и принципы спортивной тренировки.
11. Основные разделы в подготовке спортсмена. Стороны подготовленности, определяющие уровень спортивных достижений на различных этапах подготовки (на примере конкретного вида спорта).
12. Особенности специальной физической подготовки в виде спорта.

13. Обоснование теории «критических» периодов онтогенеза в совершенствовании методики воспитания двигательных способностей юных спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
14. Методика воспитания силовых способностей у спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
15. Методика воспитания быстроты спортсменов у спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
16. Методика воспитания двигательно-координационных способностей у спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
17. Соотношение ОФП и СФП, технической подготовки на этапах годичного цикла, в многолетней подготовке (на примере конкретного вида спорта).
18. Особенности средств подготовки на этапах годичного цикла, в многолетней подготовке спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
19. Задачи и содержание специальной технической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
20. Задачи и содержание специальной тактической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
21. Задачи и содержание специальной психологической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
22. Тренировка сознания как фактор совершенствования спортивной деятельности (на примере конкретного вида спорта).
23. Интегральная подготовленность и основы интегральной подготовки (на примере конкретного вида спорта).
24. Построение тренировочных нагрузок в подготовке спортсмена на этапах годичного цикла, в многолетней подготовке (на примере конкретного вида спорта).
25. Обоснование построения тренировочных нагрузок с юными спортсменами на этапе начальной спортивной специализации (углубленной тренировки, спортивного совершенствования) (на примере конкретного вида спорта).
26. Методика построения отдельного тренировочного занятия в виде спорта.
27. Особенности построения годичного цикла подготовки, этапов подготовки (на примере конкретного вида спорта).
28. Отбор и ориентация спортсмена в многолетней подготовке. Отбор спортсмена в группы НП, УТГ, ГСС.

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Доклад)**

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	- производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; -

Оценка	Критерии оценивания
	автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался; - отвечает на вопросы; -показано владение специальным аппаратом;
не зачтено	- доклад зачитывается; - представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно; - не может четко ответить на вопросы.

### **5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции ОПК-2:**

Современные методики отбора в мотоспорте.

Современные методики отбора в автоспорте.

### **5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции ОПК-15:**

Особенности организации соревнований в спортивной дисциплине. (выбрать дисциплину)

Особенности физической подготовки в автоспорте.

Особенности физической подготовки в мотоспорте.

Особенности тактической подготовки в автоспорте.

Особенности тактической подготовки в мотоспорте

Система построения тренировочного процесса гонщика. (выбрать одного из лидеров авто или мотоспортивного мира)

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Доклад-презентация)**

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	- производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; - автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался; - отвечает на вопросы; -показано владение специальным аппаратом;
не зачтено	- доклад зачитывается; - представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно; - не может четко ответить на вопросы.

### **5.1.5 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-2:**

1. Спортивная тренировка — это:

- а) повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
- б) планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;
- в) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- г) упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.

2. Деятельность, специфической формой которой является система состязаний,

исторически сложившаяся преимущественно в области физической культуры

общества как специальная сфера выявления и унифицированного сравнения человеческих возможностей, называется?

- а) научно-методической деятельностью;
- б) проектно-конструктивной деятельностью;
- в) соревновательной деятельностью;
- г) тренировочной деятельностью;
- д) технологической и модельной деятельностью;
- е) ни один из ответов не дает правильного представления.

3. В своем современном виде собственно соревновательная деятельность имеет ряд специфических особенностей. Ниже приведен ряд ответов, отображающих некоторые из них. Какой из ответов не характеризует черты соревновательной деятельности....?

а) организация деятельности на основе системы соревнований с последовательным

возрастанием конкуренции и требований к достижениям;

б) унификация состава действий, посредством которых ведется состязание, условий их выполнения и способов оценки достижений, что закрепляется официальными правилами в качестве общих норм состязаний;

в) регламентация поведения соревнующихся в соответствии с

принципами

неантагонистической конкуренции, которые имеют гуманную основу; г) допускается в состязательной деятельности физическое давление одного из соперников с полным телесным контактом и нанесением удушающих приемов, как это принято в боях без правил, вплоть до полного уничтожения.

4. Современная типология соревнований включает многие их виды и разновидности. Принято считать, что официальный характер соревнования приобретает в том случае, если оно характеризуется всеми признаками собственно соревновательной деятельности. Отметьте те положения, которые неважны для такой интерпретации статуса соревнований....?

- а) включено в официальный спортивный календарь;
- б) организуется согласно официальному положению о соревнованиях;

в) проводится в соответствии с правилами соревнований;

г) обеспечивается квалифицированным спортивным арбитражем;

д) обязательное наличие спортивной атрибутики, зрителей, болельщиков, телевидения, массовых средств коммуникации.

5. Следует различать «спортивный результат» и «спортивное достижение». В чем состоит различие в этих понятиях...?

а) спортивный результат показывается в соревнованиях, спортивное достижение присваивается;

б) спортивный результат следует рассматривать как первостепенную цель спортивной деятельности, спортивное достижение является вторичной целью спортивной деятельности;

в) спортивный результат представляет собой показатель реализации спортивных возможностей спортсмена, спортивное достижение не зависит от индивидуальной одаренности спортсмена;

г) в спортивном достижении всегда можно выделить наличный спортивный результат, однако не всякому спортивному результату может соответствовать спортивное достижение, а лишь превосходящему предыдущий результат;

д) спортивный результат зависит от материально-технических условий соревновательной деятельности, климатических факторов и естественно-средовых факторов, а спортивное достижение не зависит от перечисленных факторов.

### **5.1.6 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-15:**

1. Укажите пункты Положения о соревнованиях. Какой из ниже перечисленных пунктов не является обязательным в структуре положения...?

а) цели и задачи соревнований;

б) сроки и место проведения соревнований;

в) руководство проведением соревнований;

г) требования к участвующим организациям, участникам соревнований и условия проведения;

д) условия подведения итогов;

е) условия финансирования;

ж) все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях.

2. Ниже приводится классификация соревнований по ведомственной принадлежности спортсменов. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...? а) профсоюзные;

б) армейские;

в) коллективов физической культуры;

г) соревнования с параллельным зачетом.

3. Ниже приводится классификация соревнований по особенностям системы зачета в соревновательной деятельности. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...?

а) личные;

б) командные;

в) лично-командные;

г) отборочные.

4. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

а) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;

б) способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;

в) внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;

г) путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

5. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется:

- а) физическим совершенством;
- б) спортивной тренировкой;
- в) физической подготовкой;
- г) нагрузкой.

6. Средствами технической подготовки спортсмена являются:

- а) общеподготовительные упражнения;
- б) специально подготовительные упражнения;
- в) соревновательные упражнения;
- г) общеподготовительные, специально подготовительные и соревновательные упражнения.

7. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- а) втягивающий, базовый, восстановительный;
- б) подготовительный, соревновательный, переходный;
- в) тренировочный и соревновательный;
- г) осенний, зимний, весенний, летний.

8. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

- а) максимальный фонд двигательных умений и навыков;
- б) наивысший уровень развития физических качеств;
- в) здоровье спортсмена;
- г) наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

9. Возрастной период, наиболее чувствительный для воздействий, характеризующийся оптимальными возможностями для ускоренного развития какой-либо стороны психики или психомоторики (памяти, мышления, двигательных навыков, физических качеств и др.), а также обучения и воспитания, называется:

- а) дошкольным;
- б) школьным;
- в) сенситивным;
- г) базовым.

10. Укажите, как называются тренировочные циклы (в зависимости от масштаба времени), на основе которых строится процесс спортивной подготовки:

- а) тренировочные, соревновательные, восстановительные;
- б) микроциклы, мезоциклы, макроциклы;
- в) оперативные, текущие, этапные циклы;
- г) подготовительные, основные, соревновательные.

11. Спорт (в широком понимании) – это:

- а) вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;
- б) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- в) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;
- г) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

12. Укажите конечную цель спорта:

- а) физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности;
- б) совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся;
- в) выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей;
- г) развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

13. Вид спорта — это:

- а) конкретное предметное соревновательное упражнение;
- б) специализированная соревновательная деятельность, в которой два или больше соперников стремятся победить друг друга при условии судейского контроля;
- в) специальная спортивная дисциплина, призванная глубоко проникать в суть явлений физического воспитания, всесторонне раскрывать его закономерности;
- г) исторически сложившийся в ходе развития спорта вид соревновательной деятельности, сформировавшийся как самостоятельная ее составляющая.

14. В теории спорта классификация видов спорта на шесть групп составлена на основе:

- а) структурной сложности двигательных действий;
- б) требований конкретного вида спорта к проявлению физических (двигательных) способностей;
- в) особенностей предмета состязаний и характера двигательной активности;
- г) принадлежности конкретного вида спорта к той или иной зоне мощности, в рамках которой преимущественно выполняется соревновательное действие.



15. Число видов и разновидностей спорта весьма велико и продолжает увеличиваться. По характеру соревновательной деятельности их можно сгруппировать в пять типологических групп. Отметьте ту группу, которая не отображает особенности соревновательной деятельности...?

- а) виды спорта с высокоактивной двигательной деятельностью, достижения в которых зависят от физических качеств и психофизиологической активности спортсмена
- б) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых составляют действия спортсмена в поражении специальных мишеней из специального стрелкового оружия
- в) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых составляют действия спортсмена по управлению техническими средствами перемещения
- г) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой результатов модельно-конструкторской деятельности человека
- д) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой результатов абстрактно-логического обхитывания соперника
- е) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с материальным вознаграждением

### Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Более 60 % правильных ответов
не зачтено	Менее 60% правильных ответов

## 5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

### Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.

					ошибок		
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельным и несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

### Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	<b>превосходно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой
	<b>отлично</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично».
	<b>очень хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо»
	<b>хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо».
	<b>удовлетворительно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	<b>неудовлетворительно</b>	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».
	<b>плохо</b>	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

### 5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

#### 5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-2

Методы, организация и контроль учебно-тренировочной работы.
Авто и мото-туризм как форма совершенствования мастерства и повышения культуры поведения водителей на дорогах.
Особенности планирования учебно-тренировочной нагрузки для спортсменов и команд высокой квалификации.
Организация дополнительных состязаний и культурного досуга участников туристических слетов.
Особенности работы физиологических систем организма при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом.
Организация и проведение конкурсов профессионального мастерства среди водителей транспортных средств.
Физиолого-психологический контроль функционального состояния организма гонщиков.
Прикладные формы автоспорта как основа для формирования гармонично развитого члена общества.
Роль физической подготовки в пулевой стрельбе.

#### 5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-15

Дать определение термина «Первенство» и привести примеры

Дать определение термина «Розыгрыш кубка» и привести примеры

Дать определение термина «Чемпионат» и привести примеры

Дать определение термина «спорт» и привести примеры

Дать определение термина «вид спорта» и привести примеры

Дать определение термина «спортивная дисциплина» и привести примеры

Дать определение термина «вид программы» и привести примеры

Дать определение термина «официальные соревнования» и привести примеры

Дать определение термина «спортсмен» и привести примеры

Позывной радиолюбителя. Как можно определить из какой области работает радиолюбитель?

Схема распространения пространственной волны в КВ диапазоне

Виды распространения радиоволн

Связь между длиной и частотой радиоволны

Что такое QSL – карточка

Диапазоны частот, выделенные радиолюбителям

Расположение радиопередатчиков на карте в СРП Ч

то такое сеанс передачи, пауза и время цикла в СРП?

Типовой график работы радиопередатчиков в классике

Типовой график работы передатчиков в спринте и радиоориентирование.

Основные обозначения, применяемые на спортивных картах

Что такое радиопеленгатор? Его устройство

Роль и место физических упражнений в процессе подготовки автомотогонщиков.

Формирование чувств сноса передних и заноса задних колес.

Значение вспомогательных и специально-подготовительных упражнений в формировании модели соревновательных действий.

Единство во времени разных сторон подготовки гонщиков: спортивной, технической, тактической и психологической.

Формирование у спортсменов «чувств» тяговой и тормозной динамики, избыточной и недостаточной поворачиваемости автомобиля, бокового увода при резких маневрах.

Характеристика метода строгой регламентации в подготовке автогонщиков

Существо и особенности применения соревновательного метода при подготовке автоспортсменов.

Сочетанное применение методов спортивной тренировки в подготовке

Внетренировочные методы подготовки спортсменов в автомобильном и мотоциклетном спорте.

Учет суточной динамики работоспособности спортсменов при планировании нагрузки (циркадные ритмы).

**Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)**

Оценка	Критерии оценивания
превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно»
отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»
хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

### 5.3.3 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-2

Урочное и цикловое планирование учебно-тренировочного процесса.
Характеристика эффективности применения современных тренажеров для формирования способности к адекватным действиям в сложных ситуациях.
Требования к планированию учебно-тренировочного процесса в автоспорте.
Вариативность применения методов раздельного и комплексного выполнения отдельных элементов (старт и разгон, прохождение поворотов и других сложных участков).
Типовые программы для юношеских школ (начальная подготовка, базовый и продвинутый курс, спортивное совершенство).
Возможность непосредственного применения умений и навыков, полученных при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом, в интересах людей и общества.
Спортивно-тренировочная и воспитательная работа в переходный период.

Особенности применения тренажеров для развития координационных способностей спортсменов.

Автомобильное и мотоциклетное многоборье как наиболее общественно значимые подвиды автмотоспорта.

Методика подготовки гонщиков скоростных видов автмотоспорта.

### **5.3.4 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-15**

Дать определение термина «командные соревнования» и привести примеры

Дать определение термина «командный зачет» и привести примеры

Порядок присвоения спортивных званий и разрядов

Нормы и требования присвоения спортивных разрядов и званий, условия их

Спортивные разряды и звания

Цель и задачи Единой всероссийской спортивной классификации

Основные термины, используемые в положении о ЕВСК

Регламент спортивных соревнований

Положение о спортивных соревнованиях

Единый календарный план (ЕКП)

Позывной радиолюбителя. Как определить из какой страны работает радиолюбитель?

Пеленгация рамочной антенной

Пеленгация УКВ антенной

Телеграфные сигналы, используемые в СРП

Какие технические и прикладные виды спорта вы знаете?

Спортивные дисциплины в Прикладные и технические виды спорта

Виды программ в СРП

Современная концепция тренировки в автомобильном и мотоциклетном спорте.

Методика формирования у гонщиков «чувства колес» (пробуксовка ведущих колес, блокировка при торможении, сила сцепления колес с дорогой).

Реализация основных принципов спортивной педагогики при подготовке гонщиков.

Методика обучения приемам импульсного торможения (прерывистое и ступенчатое).

Правила поведения гонщика на трассе, лицензирование спортивной деятельности в автомобильном и мотоциклетном спорте.

Характеристика «идеального» гонщика по уровню развития физических качеств.

Структура и содержание многолетней подготовки гонщиков.

Цель и задачи общей и специальной физической подготовки авто- и мотогонщиков.

Виды и назначение спортивных лицензий

Цель и задачи инженерно-технической подготовки гонщиков.

Особенности формирования специальных физических качеств гонщиков.

Формы и методы планирования учебно-тренировочной работы в автоспорте.

Значение и необходимый уровень развития координационных способностей при занятиях автомобильным и мотоциклетным спортом

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)**

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно» Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично» Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо» Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо» все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо» Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

Основная литература:

1. Элективные курсы по физической культуре и спорту. Автоспорт : методические указания по

выполнению специальных упражнений, контрольных тестов и нормативов для студентов бакалавриата всех направлений подготовки. - Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2019. - 36 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции СПбГЛТУ - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=722286&idb=0>.

2. Зрыбнев Н. А. Общая и специальная физическая подготовка в системе подготовки стрелка-пулевика / Зрыбнев Н. А. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 120 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции Лань - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-8114-8724-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=759134&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Рыбакова Е. О. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Рыбакова Е. О., Кугушева Т. В. - Чайковский : ЧГИФК, 2018. - 272 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции ЧГИФК - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=746404&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Microsoft Word, Microsoft PowerPoint

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами, специализированным оборудованием: проектор, тир

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 49.03.03 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

Автор(ы): Судариков Алексей Александрович

Кузьмин Вадим Геннадьевич, кандидат физико-математических наук, профессор

Кутасин Александр Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент.

Заведующий кафедрой: Летягина Елена Николаевна, кандидат экономических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 23/01/2025, протокол № 6.