

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Кафедра велосипедного, конькобежного и конного спорта

Программные зачетно-экзаменационные требования
по учебной дисциплине «Система подготовки в избранном виде спорта» для
направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая
деятельность (тренерская работа по конному спорту)»
*(3 курс дневная форма получения образования и 4 курс заочной формы получения
образования)*

РЕКОМЕНДОВАНЫ К УТВЕРЖДЕНИЮ
на заседании кафедры велосипедного,
конькобежного и конного спорта
протокол № 2 от 14.09.2023
Заведующий кафедрой велосипедного,
конькобежного и конного спорта
М.И.Дворяков

Минск 2023

Контрольные вопросы и задания

для самостоятельной подготовки к текущему контролю знаний (**зачет**) по учебной дисциплине «Система подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по конному спорту)» для студентов **3 курса** дневной формы получения образования и **4 курса** заочной формы получения образования

1. Виды тренировочной нагрузки в конном спорте: малая, средняя, значительная, большая.
2. Интегральная подготовка в конном спорте.
3. Использование непрерывного, интервального, соревновательного методов в тренировке спортивной лошади.
4. Определение понятия тренировочной нагрузки в конном спорте. Основные компоненты тренировочных нагрузок: объём и интенсивность.
5. Основные методы управления и контроля в системе многолетней подготовки в конном спорте.
6. Основные формы организации спортивной подготовки в конном спорте.
7. Понятие об интеллектуальной подготовке, её содержание и значение в конном спорте.
8. Практические методы тренировки в конном спорте: методы освоения спортивной техники, методы развития двигательных качеств.
9. Специальная физическая подготовка спортсмена-конника. Упражнения на развитие координационных способностей, способности к мышечному расслаблению, быстроты реакции, гибкости, силовой выносливости.
10. Структура многолетней подготовки в конном спорте.
11. Характеристика основных средств тренировки спортсменов-конников и спортивных лошадей.
12. Характеристика понятий спортивной техники и технической подготовленности в видах конного спорта.
13. Цель и задачи психологической подготовки спортсмена-конника и спортивной лошади. Контроль психологической подготовленности спортсмена-конника и спортивной лошади.
14. Цель, задачи физической подготовки в конном спорте. Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки, их объём и соотношение на различных этапах многолетней тренировки спортсмена-конника и спортивной лошади.
15. Этапы спортивной подготовки спортивной лошади. Задачи, основные направления спортивной подготовки и продолжительность каждого этапа.
16. Этапы спортивной подготовки спортсмена-конника.
17. Эффективность, стабильность и экономичность спортивной техники. Этапы становления технического мастерства.

Контрольные вопросы и задания

для самостоятельной подготовки к текущему контролю знаний (экзамен) по учебной дисциплине «Система подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по конному спорту)» для студентов **3 курса** дневной формы получения образования и **4 курса** заочной формы получения образования

1. Ветеринарное обеспечение подготовки в конном спорте.
2. Вид и назначение экипировки спортсмена-конника. Основное и вспомогательное снаряжение для спортивной лошади, его функции и применение. Запрещенные виды экипировки и снаряжения на соревнованиях по видам конного спорта.
3. Виды и характеристика недельных циклов (микроциклов): тренировочные, подводящие, соревновательные, восстановительные.
4. Виды тренировочной нагрузки в конном спорте: малая, средняя, значительная, большая.
5. Вольтижировка как средство специальной физической подготовки спортсмена-конника.
6. Выбор рациональной разминки перед соревнованиями по видам конного спорта.
7. Задачи и значение тактической подготовки в видах конного спорта. Тактика выступления в соревнованиях по преодолению препятствий.
8. Задачи и значение тактической подготовки в видах конного спорта. Тактика выступления в соревнованиях по выездке.
9. Интегральная подготовка в конном спорте.
10. Использование непрерывного, интервального, соревновательного методов в тренировке спортивной лошади.
11. Критерии отбора перспективных спортсменов в национальную и сборную команды Республики Беларусь по конному спорту.
12. Методика подготовки спортсмена-конника и спортивной лошади к полевым испытаниям.
13. Методика проведения занятий с применением кавалетти.
14. Методы обучения правильной посадке и средствам управления лошадей.
15. Методы оценки тренировочной нагрузки спортсмена-конника и спортивной лошади.
16. Определение понятия тренировочной нагрузки в конном спорте. Основные компоненты тренировочных нагрузок: объём и интенсивность.
17. Основная направленность общеподготовительных упражнений: активный отдых, повышение общего уровня работоспособности, формирование двигательных умений и навыков.
18. Основные виды подготовки в конном спорте и их взаимосвязь.
19. Основные методы управления и контроля в системе многолетней подготовки в конном спорте.

20. Основные формы организации спортивной подготовки в конном спорте.
21. Особенности и организация проведения занятий по иппотерапии.
22. Особенности методики обучения юных спортсменов-конников.
23. Особенности проведения занятий по обучению верховой езде детей и взрослых в группах проката.
24. Отбор и подготовка спортивных лошадей для юношеского спорта.
25. Отдых и восстановление в режиме тренировочного дня и недельного цикла (микроцикла).
26. Педагогические, психологические, физиотерапевтические (немедикаментозные) и фармакологические средства отдыха и восстановления в конном спорте.
27. Повторный метод тренировки в конном спорте.
28. Повторный метод тренировки в конном спорте.
29. Полевая подготовка: развитие физических качеств спортсмена-конника и спортивной лошади (кондиционный тренинг).
30. Понятие об интеллектуальной подготовке, её содержание и значение в конном спорте.
31. Практические методы тренировки в конном спорте: методы освоения спортивной техники, методы развития двигательных качеств.
32. Соревновательные упражнения: собственно соревновательные упражнения и их тренировочные формы.
33. Специальная физическая подготовка спортсмена-конника. Упражнения на развитие координационных способностей, способности к мышечному расслаблению, быстроты реакции, гибкости, силовой выносливости.
34. Специально-подготовительные упражнения разминки: развивающие и подводящие упражнения.
35. Структура многолетней подготовки в конном спорте.
36. Тактическая подготовка спортсмена-конника в троеборье.
37. Характеристика наглядных, словесных и практических методов обучения в конном спорте.
38. Характеристика основных средств тренировки спортсменов-конников и спортивных лошадей.
39. Характеристика понятий спортивной техники и технической подготовленности в видах конного спорта.
40. Цель и задачи психологической подготовки спортсмена-конника и спортивной лошади. Контроль психологической подготовленности спортсмена-конника и спортивной лошади.
41. Цель, задачи и содержание спортивной подготовки в конном спорте как в комплексном виде спорта, связанном с подготовкой спортивной пары «всадник-лошадь».
42. Цель, задачи физической подготовки в конном спорте. Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки, их объём и соотношение на

различных этапах многолетней тренировки спортсмена-конника и спортивной лошади.

43. Этапы спортивной подготовки спортивной лошади. Задачи, основные направления спортивной подготовки и продолжительность каждого этапа.

44. Этапы спортивной подготовки спортсмена-конника.

45. Эффективность, стабильность и экономичность спортивной техники. Этапы становления технического мастерства.

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Содержание и формы самостоятельной работы студентов и модульной системы оценки знаний разрабатываются или адаптируются в соответствии с целями и задачами подготовки специалистов. Самостоятельная работа студентов может осуществляться в двух основных формах, отличающихся степенью самостоятельности её выполнения:

– управляемая самостоятельная работа (УСР), предусматривающая самостоятельное выполнение студентами учебного или исследовательского задания при опосредованном контроле и управлении преподавателя (указания со стороны преподавателя, рекомендации, научно-методическое и информационное обеспечение и др.);

– собственно, самостоятельная работа (СР), организуемая студентом в рациональное с его точки зрения время, мотивируемая собственными познавательными потребностями и контролируемая им самим (например, подготовка к экзамену).

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (УСР)

1. Подготовка докладов на тему: Структура многолетней подготовки в конном спорте», «Этапы спортивной подготовки спортсмена-конника и спортивной лошади», «Основные средства и методы тренировки в конном спорте».
2. Подготовка докладов на тему: «Основные виды подготовки в конном спорте».
3. Изучение нормативных документов: Программа для СУСУ по конному спорту.
4. Изучение требований безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по конному спорту и тренировке спортивных лошадей.
5. Подготовка комплексов общеразвивающих упражнений, способствующих воспитанию силы, выносливости, гибкости, ловкости и координации юных спортсменов-конников.
6. Изучение научно-методической литературы по вопросу методики подготовки спортсменов-конников, специализирующихся в выездке.
7. Изучение научно-методической литературы по вопросу методики подготовки спортсменов-конников, специализирующихся в преодолении препятствий.
8. Изучение научно-методической литературы по вопросу методики подготовки спортсменов-конников, специализирующихся в троеборье.
9. Изучение индивидуальных планов подготовки спортсменов национальной и сборной команд Республики Беларусь.
10. Изучение Национальных Правил соревнований по конному спорту: основные положения «Общего регламента», «Правил соревнований по преодолению препятствий (конкуру), выездке, троеборью» с изменениями на текущий год.

11. Изучение правил FEI по видам спорта.
12. Подготовка докладов на тему: «Подготовка молодой спортивной лошади: выездка, обучение прыжкам, подготовка к полевым испытаниям».
13. Составление библиографического списка учебников, научных публикаций по теме исследования.
14. Выбор методов и методик исследования по теме курсовой работы.
15. Освоение методики написания статей, рефератов.

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

1. Изучение структуры многолетней подготовки в конном спорте, этапов спортивной подготовки спортсмена-конника и спортивной лошади (М-1, тема 1).
2. Подготовка презентации на тему: «Методы оценки тренированности спортивной лошади» (М-1, тема 3).
3. Освоение методики определения ЧСС м ЧД спортивной лошади в покое и после нагрузки (М-1, тема 3).
4. Составления комплекса методических приемов, направленных на обучение (совершенствование) тактике в видах конного спорта (по заданию преподавателя) (М-2, тема 6, 7, 8).
5. Составление индивидуальных и групповых моделей подготовки квалифицированных спортсменов-конников (М-2, тема 6, 7, 8).
6. Проведение анализа литературных источников. Составление библиографического списка научных работ по конному спорту (М-3, тема 9).
7. Написание отдельных разделов, глав по теме исследования (М-3, тема 12, 13).
8. Подготовка доклада и презентации к защите курсовой работы (М-3, тема 12, 13).
9. Подготовка письменного анализа системы оценки аллюров спортивной лошади (М-4, тема 15).
10. Составление рейтинга спортивных пар «всадник-лошадь» в видах конного спорта (М-4, тема 15).
11. Проведение анализа динамики результатов спортсменов национальной команды Республики Беларусь в текущем спортивном сезоне (М-5, тема 16).
12. Составление моделей соревновательной деятельности юных и высококвалифицированных спортсменов-конников (М-5, тема 18).
13. Подготовка презентации на тему «Комплексный контроль спортивной подготовки в видах конного спорта» (М-5, тема 19).
14. Изучение современных требований к экипировке и разрешенному снаряжению в видах конного спорта (М-6, тема 22).
15. Изучение современных требований к построению трассы полевых испытаний в троеборье (М-6, тема 23).

ТРЕБОВАНИЯ К КУРСОВОЙ РАБОТЕ

Курсовая работа выполняется с целью приобщения студента к научно-исследовательской работе, формирования у него умений пользоваться научно-методической литературой, анализа и обобщения передового педагогического опыта, проведения экспериментальных исследований, защиты выдвинутых положений, разработки рекомендаций для их внедрения в практику работы тренера по конному спорту.

Курсовая работа представляется в печатном виде (до 50 страниц), защита основных положений осуществляется в форме доклада в 7-м семестре. Количество часов на ее выполнение – 40.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Анализ развития конного спорта.
2. Исследование биомеханической структуры движения спортивной лошади.
3. Тестирование физической подготовленности юных конников.
4. Обучение и совершенствование посадки всадника.
5. Методика начальной подготовки спортсменов-конников в выездке, преодолении препятствий, троеборье.
6. Методика начальной подготовки спортсменов-пятиборцев.
7. Методика подготовки спортсменов-пятиборцев высокого класса к соревнованиям по преодолению препятствий.
8. Динамика и характер прыжковых нагрузок в годичном цикле подготовки в преодолении препятствий.
9. Психологическая подготовка спортсменов-конников.
10. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде в выездке, преодолении препятствий, троеборье.
11. Построение тренировочного процесса в соревновательном периоде в выездке, преодолении препятствий, троеборье.
12. Особенности методики начальной подготовки спортивной лошади.
13. Подготовка лошадей с недостатками экстерьера и темперамента.
14. Оздоровительная направленность занятий верховой ездой.
15. Подготовка спортивной пары «всадник-лошадь» к программе «КЮР» в выездке.
16. Периодизация спортивной тренировки спортсменов-конников.
17. Развитие физических качеств спортсменов-конников.
18. Средства восстановления спортсменов-конников и спортивных лошадей.
19. Методика развития равновесия и качества аллюров молодой спортивной лошади.
20. Построение маршрутов различной сложности в преодолении препятствий.
21. Тактическая подготовка спортсменов конников в преодолении препятствий (троеборье).

22. Оценка специальной физической и функциональной подготовленности спортсменов-конников и спортивных лошадей в макроцикле.

23. Психологическая подготовка в конном спорте.

24. Управление тренировочным процессом спортсменов-конников высокой квалификации.

ДИАГНОСТИКА КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Десятибалльная шкала оценки представляет собой систему измерения учебных достижений студента, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности студентов в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале. Положительными являются отметки не ниже 4 (четырёх) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

Результаты промежуточной аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА

Баллы	Показатели оценки
10 (десять) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
9 (девять) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной

	литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
8 (восемь) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
7 (семь) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
6 (шесть)	Достаточно полные и систематизированные знания в объеме

баллов, зачтено	учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
5 (пять) баллов, зачтено	Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий
4 (четыре) балла, зачтено	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических и семинарских занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий

3 (три) балла, не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины; пассивность на практических и семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
2 (два) балла, не зачтено	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических и семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
1 (один) балл, не зачтено	отсутствие знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Для текущего и промежуточного контроля знаний студентов по учебной дисциплине и диагностики компетенций студентов используются следующие формы:

- устная форма (доклады на семинарских занятиях, презентации, устные зачёты, устные экзамены);
- письменная форма (контрольный опрос, письменные отчеты по практическим заданиям, курсовые работы);
- устно-письменная форма (письменные доклады с их устной защитой, задания управляемой самостоятельной работы с их устной защитой, курсовые работы с их устной защитой).