



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное учреждение  
«Федеральный центр организационно-методического обеспечения  
физического воспитания»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ФГБУ «Федеральный центр  
организационно-методического  
обеспечения физического воспитания»

\_\_\_\_\_  
« 22 » мая 2022 г. Н. С. Федченко



**Методические рекомендации**

**«Организация тестирования и контроля в системе дополнительного  
образования физкультурно-спортивной направленности»**

Москва 2022 г.

Методические рекомендации «Организация тестирования и контроля в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности» (далее – Методические рекомендации) разработаны ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания».

Методические рекомендации одобрены экспертно-методическим советом ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», рекомендованы к реализации в образовательных организациях Российской Федерации (протокол заседания ЭМС № 12 от 17 ноября 2022 г.).

Методические рекомендации предназначены для руководителей спортивных школ, физкультурно-спортивных клубов, руководителей и специалистов органов исполнительной власти, осуществляющих государственное управление в сфере образования, физической культуры и спорта, руководителей организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, методистов, тренеров-преподавателей и могут быть использованы при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

## Оглавление

I. Общие положения.....	4
II. Понятия «тестирование» и «контроль» в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности .....	5
III. Система оценки и контроля освоения дополнительных общеобразовательных программ.....	11
IV. Организация тестирования и контроля в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.....	15
V. Заключение.....	18
Перечень информационного обеспечения.....	20

## I. Общие положения

Методические рекомендации разработаны на основании следующих нормативных правовых актов:

Федеральный закон от 30 апреля 2021 года № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон № 127-ФЗ);

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона № 127-ФЗ) (далее – Федеральный закон № 273-ФЗ);

Федеральный закон от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона № 127-ФЗ) (далее – Федеральный закон № 329-ФЗ);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 октября 2015 года № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вносимыми приказом Министерства спорта Российской Федерации № 575 от 07 июля 2022 года) (далее – Приказ № 999);

Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 3 августа 2022 года № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (далее – Приказ № 634);

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП

2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

другие нормативные правовые акты, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта.

В настоящих методических рекомендациях описаны основные формы, способы и методы организации тестирования и контроля в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

## **II. Понятия «тестирование» и «контроль» в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.**

При планировании учебно-тренировочного процесса в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности одним из важных аспектов является организация тестирования и контроля.

Контроль - процесс оценивания эффективности используемых методик путём получения количественных и качественных данных по итогам обследования лиц, проходящих спортивную подготовку по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – обучающиеся).

Контроль в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности (далее – контроль) включает совокупность параметров, средств, методов, алгоритмов и организационно-методических мероприятий по оценке эффективности применяемых средств и методов подготовки, тренировочных нагрузок (упражнений), технико-тактических действий, а также спортивных результатов и поведения обучающихся.

Задачи контроля:

учет учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок;

определение различных сторон подготовленности обучающихся;

выявление возможностей достигнуть запланированный спортивный результат;

оценка поведения обучающихся на соревнованиях.

Выделяют пять видов контроля, каждый из которых имеет своё функциональное назначение:

1. Предварительный контроль – проводится обычно в начале учебно-тренировочного года (спортивного сезона). Он предназначен для изучения состава обучающихся (состояние здоровья, физическая подготовленность, спортивная квалификация) и определения готовности обучающихся к предстоящим занятиям (к усвоению нового учебного материала или выполнению нормативных требований образовательной программы). Данные такого контроля позволяют уточнить задачи, средства и методы их решения.

2. Оперативный контроль – предназначен для определения срочного тренировочного эффекта в рамках одного учебно-тренировочного занятия с целью целесообразного чередования нагрузки и отдыха. Контроль за оперативным состоянием обучающихся осуществляется по таким показателям, как дыхание, работоспособность, самочувствие, ЧСС и т. п. Данные оперативного контроля позволяют оперативно регулировать динамику нагрузки на занятии.

3. Текущий – проводится для определения реакции организма обучающихся на нагрузку после занятия. С его помощью определяют время восстановления работоспособности обучающихся после разных (по величине, направленности) физических нагрузок. Данные текущего состояния обучающихся служат основой для планирования содержания ближайших занятий и величины физических нагрузок в них.

4. Этапный контроль – служит для получения информации о кумулятивном (суммарном) тренировочном эффекте, полученном на протяжении месяца, квартала или семестра. С его помощью определяют правильность выбора и применения различных средств, методов дозирования физических нагрузок обучающихся.

5. Итоговый контроль – проводится в конце учебно-тренировочного года для определения успешности выполнения годового плана-графика учебно-тренировочного процесса, степени решения поставленных задач, выявления положительных и отрицательных сторон процесса физического воспитания и его

составляющих. Данные итогового контроля (состояние здоровья обучающихся, успешность выполнения ими зачётных требований и учебных нормативов, уровень спортивных результатов и т. п.) являются основой для последующего планирования учебно-тренировочного процесса.

Выделяют следующие направления контроля за обучающимися:

- 1) контроль соревновательной деятельности;
- 2) контроль учебно-тренировочной деятельности;
- 3) контроль подготовленности обучающихся.

С целью получения достоверной и надёжной информации в практике спорта используются разнообразные методы контроля: педагогические наблюдения во время учебно-тренировочных занятий и соревнований, определение и регистрация показателей, характеризующих деятельность обучающихся на учебно-тренировочных занятиях (хронометрирование, пульсометрия, динамометрия, видеозапись и т.д.); анализ рабочей документации учебно-тренировочного процесса; опрос и сбор мнений обучающихся и тренеров; тесты (контрольные испытания) различных сторон подготовленности обучающихся, медико-биологические измерения и др.

Контроль в подготовке обучающихся должен предусматривать, прежде всего, оценку учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, поскольку они являются основным фактором воздействия на развитие спортивной работоспособности; состояния обучающихся, их подготовленность (физическая, техническая, теоретическая, психологическая и др.), спортивные результаты обучающихся и их поведение на соревнованиях.

Для получения более эффективной, достоверной и комплексной информации в процессе контроля следует использовать интегральный подход и включать оценку различных видов подготовленности. Оценка состояния подготовленности обучающихся проводится в ходе тестирования или в процессе соревнований и включает оценку: физической, технической, тактической, теоретической подготовленности; психического состояния и поведения на соревнованиях.

Оценка физической подготовленности складывается из отдельных оценок уровня основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости. При этом основное внимание уделяется ведущим для данной спортивной дисциплины физическим качествам или отдельным способностям, составляющим эти обобщенные понятия. Контрольные соревнования и тестирование позволяют получить объективные данные о степени тренированности и уровне физической подготовленности обучающихся. Они очень показательны и на их основе делают соответствующие выводы и корректировки в планах.

Оценка технической подготовленности - количественная и качественная оценка объема, разносторонности и эффективности техники. Для контроля за освоением техники физического упражнения могут использоваться некоторые подводящие упражнения, применяемые на данном этапе обучения.

Оценка тактической подготовленности - оценка целесообразности действий обучающихся, направленных на достижение успеха в соревнованиях: тактических мышления, действий (объем тактических приемов, их разносторонность и эффективность использования).

Оценка теоретической подготовленности - оценка совокупности общих и специализированных знаний обучающихся о системе физической культуры и спорта в целом и отдельно по виду спорта. Основным методом контроля за усвоением знаний является устный опрос, требующий ответов в виде: 1) рассказа (например, о значении занятий физическими упражнениями); 2) описания (например, внешней формы и последовательности движений, составляющих двигательное действие); 3) объяснения (например, биомеханических закономерностей конкретных движений); 4) показа вариантов выполнения физического упражнения или его отдельных компонентов. В практике используют письменный опрос с помощью тестовых заданий с выборочными вариантами ответов.

Оценка состояния здоровья и основных функциональных систем проводится медико-биологическими методами специалистами в области физиологии, биохимии и спортивной медицины.



В спортивной подготовке важнейшим звеном является комплексный контроль. Под комплексным контролем следует понимать параллельное применение этапного, текущего и оперативного видов контроля в процессе обследования обучающихся, при условии использования педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей для всесторонней оценки подготовленности, содержания учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности обучающихся.

В систему комплексного контроля входят педагогический, биомеханический, медико-биологический, психологический и другие виды контроля.

В педагогический контроль входит оценка и анализ средств и методов всех видов подготовки, а также спортивных результатов и поведения обучающихся. Основными методами данного вида контроля являются педагогические наблюдения и тестирование (контрольные упражнения).

Медико-биологический контроль включает совокупность методов и мероприятий, направленных на оценку здоровья, функционального состояния организма обучающихся с учётом реакции его систем на различные нагрузки.

Биомеханический контроль предусматривает совокупность средств, методов, алгоритмов по оценке техники выполнения спортивных упражнений и технического мастерства обучающихся. При этом анализируются такие показатели, как темп, ритм, амплитуда движения, скорость, ускорение и др.

Психологический контроль включает совокупность показателей средств, методов, мероприятий по оценке индивидуальных особенностей личности обучающихся, моральных и волевых качеств, темперамента, общих и специальных психомоторных способностей.

Все виды контроля объединены общей целью, направленной на выявление объективной оценки подготовленности обучающихся на различных этапах многолетней подготовки.

Контроль реализуется только тогда, когда регистрируются 3 группы показателей:

1. Показатели функционального состояния и подготовки обучающихся в зарегистрированных стандартных условиях.
2. Показатели учебно-тренировочных и соревновательных воздействий.
3. Показатели внешней среды.

Контроль осуществляется с целью определения показателей подготовленности обучающегося на основе мониторинга, представляющего собой систему сбора, обработки и анализа результатов тестирования различных качеств и способностей.

Тестом (англ. test - проба, испытание) в спортивной практике называется измерение или испытание, проводимое с целью определения состояния или способностей человека.

Тестированием называется процесс испытания, а полученное в итоге числовое значение является результатом тестирования (результатом теста).

Критериями подлинности теста служат его действительность (информативность), надежность и объективность.

Действительность теста характеризует, насколько точно он соответствует оцениваемому качеству или свойству.

Надежность теста определяется стабильностью результатов, получаемых при многократном его использовании.

Под объективностью теста подразумевается независимость получаемых результатов от индивидуальных качеств лиц, производящих обследование, и применяемой аппаратуры.

Выделяют три группы тестов:

Первая группа тестов - тесты, проводимые в покое. К ним относят показатели физического развития (рост и масса тела, толщина кожно-жировых складок, длина и обхват рук, ног, туловища и т.д.). В покое измеряют функциональное состояние сердца, мышц, нервной и сосудистой систем. В эту же группу входят и психологические тесты. Информация, получаемая с помощью тестов первой группы, является основой для оценки физического состояния обучающегося.

Вторая группа тестов - стандартные тесты, когда всем обучающимся предлагается выполнить одинаковое задание (например, бежать на беговой дорожке

со скоростью 5 м/с в течение 5 мин или в течение 1 мин подтянуться на перекладине 10 раз и т.д.). Специфическая особенность этих тестов заключается в выполнении непределенной нагрузки, и поэтому мотивация на достижение максимально возможного результата здесь не нужна.

Третья группа тестов - тесты, при выполнении которых нужно показать максимально возможный двигательный результат. Измеряются значения биомеханических, физиологических, биохимических и других показателей (силы, проявляемые в тесте; ЧСС, МПК, анаэробный порог и т.п.). Особенность таких тестов - необходимость высокого психологического настроя, мотивации на достижение предельных результатов.

### **III. Система оценки и контроля освоения дополнительных общеобразовательных программ**

Спортивная подготовка - учебно-тренировочный процесс, который подлежит планированию, осуществляется в рамках образовательной или трудовой деятельности, направлен на физическое воспитание и физическое развитие спортсменов, совершенствование их спортивного мастерства посредством систематического участия в спортивных мероприятиях, в том числе спортивных соревнованиях (п. 15.1 ст. 2 Федерального закона № 329-ФЗ). Содержание образования и всего учебно-тренировочного процесса определяют образовательные программы.

При осуществлении спортивной подготовки в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности реализуются следующие дополнительные общеобразовательные программы: дополнительные общеразвивающие программы и дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, которые реализуются для детей и для взрослых (ч. 2 ст. 75 Федерального закона № 273-ФЗ).

Образовательные программы самостоятельно разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, если Федеральным законом № 273-ФЗ не установлено иное (ч. 5 ст. 12 Федерального закона № 273-ФЗ).

По итогам освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки обучающемуся, необходимо выполнить требования к результатам освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях.

Тестирование и контроль включают в себя результаты сдачи нормативов по общей и специальной физической подготовке, а также результаты спортивных соревнований (п. 43 Приказа № 999).

Система контроля и зачетные требования программы должны включать:

конкретизацию критериев подготовки обучающихся на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность в виде спорта;

требования к результатам реализации программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода обучающихся на следующий этап спортивной подготовки;

виды контроля теоретической, общей физической, специальной физической, технической, тактической, психологической, интегральной, соревновательной подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;

комплексы контрольных упражнений для оценки овладения видами подготовки обучающихся, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

Оценка результатов освоения программы спортивной подготовки сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки (далее – Организация), на основе разработанных комплексов контрольных

упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

Освоение образовательной программы, в том числе отдельной части или всего объема учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) образовательной программы, сопровождается промежуточной аттестацией обучающихся, проводимой в формах, определенных учебным планом, и в порядке, установленном образовательной организацией (ч. 1 ст. 58 Федерального закона 273-ФЗ).

Промежуточная аттестация проводится Организацией не реже одного раза в год и включает в себя оценку уровня подготовленности обучающегося посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки, а также результатов выступления обучающихся на официальных спортивных соревнованиях (п. 5 Приказа № 634).

Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению Организации с учетом позиции регионального центра спортивной подготовки в случае невозможности ее проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы (п. 5 Приказа № 634).

Если на одном из этапов спортивной подготовки, результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, прохождение следующего этапа спортивной подготовки не допускается. Вне зависимости от результатов прохождения любого этапа спортивной подготовки по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, граждане вправе продолжить прохождение спортивной подготовки на спортивно-оздоровительном этапе (ч. 5 ст. 32 Федерального закона № 329-ФЗ).

Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки включают в себя: нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы обучающихся, на этапах спортивной

подготовки, учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта и включают нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на соответствующий этап спортивной подготовки по виду спорта (п. 2 Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта (далее - ФССП). Комплексы контрольных упражнений указаны в приложении №№ 6-9 к ФССП. Контрольные нормативы составляются Организацией и представляют собой тесты для оценки уровня общей и специальной физической подготовленности, они подбираются таким образом, чтобы можно было оценить, насколько успешно решены основные задачи конкретного вида спортивной подготовки в течении спортивного сезона на этапе спортивной подготовки. Контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки состоят из нормативов по общей физической и специальной физической подготовки для каждого этапа спортивной подготовки. Организация самостоятельно составляет, с учетом минимальных требований ФССП, перечень упражнений для оценки уровня спортивной подготовленности обучающихся для всех этапов спортивной подготовки, также используя материал из практического опыта работы.

Результаты контрольно-переводных нормативов (испытания) по видам спортивной подготовки являются одним из показателей уровня спортивной подготовленности обучающихся для перевода на следующий и (или) соответствующий этап спортивной подготовки.

Помимо нормативов по общей физической и специальной физической подготовки следует предусматривать нормативы (испытания) по иным видам спортивной подготовки (теоретическая, техническая и т.д.).

Уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки (спортивные разряды и спортивные звания) учитывает их возраст, пол, а также особенности вида спорта, включает требования для зачисления и перевода на соответствующий этап спортивной подготовки по виду спорта (п. 2 ФССП) и указаны в приложении № 7-9 к ФССП.

#### **IV. Организация тестирования и контроля в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности**

Организация учебно-тренировочного процесса неразрывно связана с постоянным анализом трех основных составляющих спортивного совершенствования обучающихся:

- соревновательной деятельности,
- динамики состояния,
- содержания и структуры учебно-тренировочного процесса.

Важнейшими условиями оптимального управления процессом спортивной подготовки является комплексность, всесторонность и объективность используемой оценки. Организация контроля, базирующаяся на этих условиях, должна включать в одноразовые обследования данные, отражающие различные стороны подготовленности с помощью разнородных (педагогических, функциональных, психологических, технических и т. п.) и разноуровневых показателей.

Названные критерии должны обязательно увязываться с временным отрезком исследований (разновидности контроля – этапный, текущий, оперативный) и рабочим режимом (покой, тренировка, соревнование и т.д.).

При планировании контроля в Организации, необходимо привлекать ведущих педагогических работников, для совместного согласования приемов и методов наблюдения и анализа учебно-тренировочных занятий, определять круг тем и содержания проверяемого учебно-тренировочного и воспитательного процессов. Следует учитывать:

- своевременность и правильность ведения журнала учета групповых занятий;
- результаты прохождения обучающимися медицинского осмотра;
- объем физической, технической, теоретической и соревновательной подготовки;
- комплектование групп и посещаемость занятий;
- соответствие учебно-тренировочных занятий поставленным задачам;

- уровень знаний, навыков обучающихся в пределах требований программ по видам спорта;

- выполнение обучающимися приемных, контрольных, переводных нормативных требований по общей физической подготовке, специальной физической подготовке, технической и теоретической подготовке;

- соревновательная деятельность обучающихся и соответствие уровня спортивных результатов минимальным требованиям по спортивной подготовленности.

Эффективность контроля во многом зависит от организационных форм и методов ее проведения, умения наблюдать учебно-тренировочный процесс, устанавливать причинно-следственные связи, на основе конкретных фактов делать объективные выводы.

В практике работы Организаций используются следующие методы контроля:

- анализ и обобщение учетной и отчетной документации;
- педагогические наблюдения, связанных с регистрацией отдельных характеристик учебно-тренировочного и воспитательного процесса;
- фиксированный метод проверки уровня знаний, умений и навыков обучающихся.

Осуществляя физическое воспитание, необходимо систематически проверять, оценивать и учитывать состояние здоровья обучающихся, уровень их физического развития, результаты спортивной деятельности, прилежание, поведение.

К учету предъявляют ряд требований: своевременность, объективность, точность и достоверность, полнота, простота и наглядность. Различают следующие виды учета: предварительный (до начала организации педагогического процесса), текущий (непрерывный в процессе работы, от занятия к занятию) и итоговый (по завершению периода работы, например, учебного года).

В содержание текущего учета входит регистрация: посещаемости занятий; пройденного материала и выполненного объема и интенсивности нагрузок; выполнения учебных требований и норм; данных об оценках знаний, умений и навыков; сведений о состоянии здоровья обучающихся.



Основными документами учета в Организации являются журнал учета занятий, дневник тренировки, журнал учета спортсменов-разрядников, инструкторов-общественников, судей по спорту, таблица рекордов Организации, протоколы соревнований, личные карточки и врачебно-контрольные карты обучающихся.

Значение проводимой преподавателем работы по учету не сводится, конечно, к формальной регистрации сведений для официального отчета. Эти данные должны подвергаться систематическому анализу, творческому осмыслению и обобщению, использоваться в будущей работе. Именно на такой основе внедрения нового возможны постоянное улучшение качества учебного процесса, обогащение его средств и рационализация методики.

Процесс контроля в Организации регулируется внутренними локальными актами, содержащими в том числе и методические указания по ее организации.

В течение учебного года специалисты Организации проводят плановые и внеплановые проверки (согласно плану внутришкольного контроля) с целью определения уровня подготовки обучающихся, состояния их здоровья, сохранности контингента в группах и выявления причин ухода воспитанников. Результаты проверок оформляются справками, актами, докладными записками.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется через прием контрольно-переводных нормативов с целью определения подготовленности обучающихся и составления тренерами-преподавателями перспективного плана работы с ними.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки могут быть: тестирование по общей физической подготовке, специальной физической подготовке, технической и теоретической подготовке; учет результатов соревновательной деятельности и уровень спортивной квалификации обучающихся (спортивные разряды и спортивные звания).

Допустимые формы фиксации результатов: аналитический отчет (справка); дорожная карта обучающегося, с указанием показателей личностного роста; ведомость; протокол соревнований, грамота, сертификат, видео отчет и т.д.

Для достоверности подтверждения полученных компетенций обучающимися результаты аттестации оформляются по формам, утвержденным Организацией документально (ведомости, акты, протоколы).

Сравнение результатов в предварительном, текущем и итоговом контроле, а также сопоставление их с требованиями дополнительной образовательной программы спортивной подготовки позволяют судить о степени решения соответствующих учебно-тренировочных задач, о сдвигах в физической подготовленности обучающихся за определенный период. А это облегчает дифференцирование средств и методов физического воспитания и повышает объективность результатов учебно-тренировочной работы.

## **V. Заключение**

Контроль является составной частью системы спортивной подготовки обучающихся и одной из функций управления учебно-тренировочным процессом. Планирование спортивной подготовки должно базироваться на объективной информации, получаемой в процессе контроля за их физическим состоянием, уровнем технического мастерства, теоретической, тактической и психологической подготовленности, а также учете величины и направленности учебно-тренировочной нагрузки. Объективная информация о состоянии обучающегося в ходе соревновательной и учебно-тренировочной деятельности позволяет тренеру-преподавателю более объективно анализировать полученные данные и вносить соответствующие коррективы в учебно-тренировочный процесс.

Контроль соревновательной и учебно-тренировочной деятельности обучающихся включает систему плановых мероприятий с использованием комплексов высокоинформативных и надежных педагогических, биомеханических, физиологических, медицинских и других тестов, а также современных методик определения значимых параметров структуры соревновательной деятельности.

Эффективно организованное тестирование и контроль в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки позволяет увеличить продуктивность всего учебно-тренировочного процесса организации.

## Перечень информационного обеспечения

### Нормативные правовые источники

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказ Министерства спорта РФ от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;
9. Приказ Министерства спорта РФ от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

### Литературные источники

1. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М.: ФИС, 1980
2. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: Советский спорт, 2010. - 336 с.

3. Капилевич Л.В., Давлетьярова К.В., Кошельская Е.В., Бредихина Ю.П., Андреев В.И. Физиологические методы контроля в спорте / Л.В.Капилевич, К.В.Давлетьярова, Е.В.Кошельская, Ю.П.Бредихина, В.И.Андреев – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. - 172 с.
4. Коняхина Г.П. Комплексный контроль в спорте: учебно-методическое пособие / Г.П. Коняхина. - Челябинск: Издательский центр «Уральская академия», 2020. - 71 с.
5. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под. ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. - 3-е изд., стереотип. - М.: Советский спорт, 2007. - 464 с.
6. Кутина Г.Н. Педагогический контроль в спортивной школе: методические рекомендации для тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ. - Черняховск, 2021 г. - 13 с.
7. Мальгин В.Е. Организация педагогического контроля в комплексной спортивной школе / В. Е. Мальгин. - Текст: непосредственный // Педагогическое мастерство: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Москва, февраль 2014 г.). - Т. 0. - Москва: Буки-Веди, 2014. - С. 9-10.
8. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студ. вузов. 5-е изд., испр. и доп. М.: Советский спорт, 2011. - 340 с.
9. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта. М.: Издательство «Физическая культура», 2010. - 122 с.
10. Никитушкин В.Г., Квашук П.В., Бауэр В.Г. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва: монография. - М.: Советский спорт, 2005. - 232 с.
11. Никитушкина Н.Н. Организация методической работы в спортивной школе: учебно-методическое пособие / Н. Н. Никитушкина. - М.: Спорт, 2019. - 320 с.
12. Никитушкина Н.Н. Управление методической деятельностью спортивной школы: науч.-метод. пособие / Н. Н. Никитушкина, И. А. Водяникова. - М.: Советский спорт, 2012 - 200 с.: ил.

13. Никитушкина Н.Н. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте: учеб. пособие. - М.: Прометей, 2006. - 140 с.
14. Семёнова Г.И. Основы научно-методической деятельности в спорте: учебное пособие. Екатеринбург: УрФУ, 2014. - 180 с.
15. Семёнова Г.И., Иванова В.Д. Комплексный контроль в спорте: традиции и инновации // Современные наукоемкие технологии. - 2019. - № 12-1. - С. 205-209
16. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов высшего профессионального образования: Издательский центр «Академия», 2013 г.