

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Комплексный медико-биологический контроль в спорте**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: Очная

Разработчик:

Игнатьева Л. Е., канд. биол. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 12 от 25.04.2019 года

Зав. кафедрой _____  Трескин М. Ю.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой _____  Трескин М. Ю.

1. Цель и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины – сформировать у слушателей необходимые знания и практические навыки для осуществления комплексного медико-биологического контроля тренировочно-соревновательного процесса с целью поддержания должного уровня физической подготовленности и полноценной профессиональной деятельности, организации работы по антидопинговому обеспечению.

Задачи дисциплины:

- сформировать представления о видах, формах, методах, целях и задачах комплексного медико-биологического контроля функционального состояния организма спортсменов в зависимости от этапа спортивной подготовки;
- формировать понимание оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности;
- обеспечить формирование умений определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;
- дать сведения о современных технологиях, методах и средствах медико-биологического контроля в системе отбора и ориентации спортсменов;
- обучить умениям отбирать, формировать и применять комплексы избранных физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;
- сформировать знания и навыки, необходимые для оценки уровня физического здоровья и функциональной подготовленности спортсменов в ходе комплексного медико-биологического контроля;
- научить ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствиях применения допинга, способах защиты прав спортсмена;
- дать современные сведения об организации и порядке проведения допингового контроля вне и во время соревнований, применении системы ADAMS и Биологического паспорта спортсмена для оптимизации допингового контроля;
- приобрести умения планировать мероприятия по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.05.ДВ.02.02 «Комплексный медико-биологический контроль в спорте» изучается в составе модуля К.М.05 «Предметно-

методический модуль» и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 7 семестре.

Для изучения дисциплины требуется знание особенностей анатомии, биохимии, физиологии человека, основ медицинских знаний, спортивной морфологии, спортивной физиологии, спортивной биохимии, спортивной медицины, спортивной метрологии.

Освоение дисциплины «Комплексный медико-биологический контроль в спорте» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин: «Биомеханика двигательной деятельности»; «Физическая реабилитация в спортивной практике»; «Массаж»; «Профилактика применения допинга»; «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» «Физическая культура и спорт»; «Правовые основы профессиональной деятельности».

Освоение данной дисциплины также необходимо для прохождения производственной и преддипломной практик, подготовки студентов к государственной итоговой аттестации.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, на которые ориентирует дисциплина «Спортивная физиология»:

– 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования);

– 05 Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта; в сфере подготовки спортивного резерва; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом: тренерский, организационно-методический; педагогический.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
УК-7 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	
УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на	знать: - оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; - основы организации физкультурно-спортивной

организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	деятельности; уметь: - аргументировать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; владеть: - навыками анализа и аргументации оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку; - функциональные особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста; уметь: - определять и давать физиологическую оценку основных показателей, характеризующих функциональное состояние органов и систем; - осуществлять мониторинг морфофункционального и психофункционального состояния спортсмена; владеть: - методиками антропофизиометрических исследований, направленных на оценку физического развития и функционального состояния физиологических систем.
УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	знать: - методы отбора и формирования комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; уметь: - планировать нагрузки (по объему и мощности) и тренировочные занятия, опираясь на возрастные и индивидуальные особенности спортсменов; владеть: - методами обоснованного отбора и ориентации спортсмена на основе индивидуальных морфофункциональных качеств.
УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области	знать: - комплексы избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности. уметь: - применять комплексы избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания

физической личности.	культуры	в области физической культуры личности. владеть: - навыками применения комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
ПК-23 Способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению.		
ПК-23.1.	Знает	антидопинговое законодательство Российской Федерации
		знать: - антидопинговое законодательство Российской Федерации; уметь: - пользоваться официальными информационными ресурсами антидопинговой направленности; владеть: - навыками анализа антидопинговых законодательных актов Российской Федерации.
ПК-23.2. Ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена		знать: - положения нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом; - процедуру допинг-контроля; - правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена; уметь: - консультировать занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций; владеть: - навыками работы с положениями нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена.
ПК-23.3.	Владеет	навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции
		знать: - методы организации допинг-контроля, права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; уметь: - планировать мероприятия по профилактике применения допинга; владеть: - навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга; - навыками формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		7
Контактная работа (всего)	72	72
Лекции	-	-
Практические занятия	24	24
Самостоятельная работа (всего)	48	48
Вид промежуточной аттестации: зачет	6	6
Общая трудоемкость часы	72	72
	зачетные единицы	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Место и роль комплексного медико-биологического контроля в системе отбора, ориентации и подготовки спортсменов

Организация, этапы и виды комплексного медико-биологического контроля в спорте. Системность, информативность, надежность и объективность параметров, тестов, методов и средств комплексного медико-биологического контроля. Применение средств медико-биологического контроля в системе отбора и ориентации спортсменов. Контроль за применением допинга в спорте. Задачи, объекты и методы допинг-контроля. Допинг-контроль: организация, порядок проведения. Санкции, применяемые к спортсменам, уличенным в применении допинга. Применение программного обеспечения и электронных модулей (система ADAMS и биологический паспорт спортсмена) для оптимизации допингового контроля.

Раздел 2. Исследование и оценка уровня физического здоровья и функциональной подготовленности спортсменов по комплексу показателей

Оценка морфофункциональной готовности организма спортсмена к работе в условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. Оценка психофункциональной готовности организма спортсмена к работе в условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. Оценка и анализ адаптационных возможностей организма спортсменов по комплексу показателей.

5.2. Содержание дисциплины: Практические занятия (24 ч.)

Раздел 1. Место и роль комплексного медико-биологического контроля в системе отбора, ориентации и подготовки спортсменов (12 ч.)

Тема 1. Организация, этапы и виды комплексного медико-биологического контроля в спорте. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о комплексном медико-биологическом контроле, его цель и задачи на различных этапах подготовки спортсменов. Значение медико-биологического контроля для сохранения и укрепления здоровья, а также для повышения результативности спортивной деятельности.
2. Этапы и виды контроля.
3. Организация и формы контроля на различных этапах подготовки спортсменов.

Тема 2. Системность, информативность, надежность и объективность параметров, тестов, методов и средств комплексного медико-биологического контроля. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Принципы системности и комплексности в процессе контроля за спортсменами.
2. Четыре основных уровня методов комплексного контроля подготовленности спортсменов. Первый уровень – интегральные показатели, отражающие суммарный эффект различных сторон подготовленности. Второй уровень – комплексные показатели, характеризующие одну из функциональных систем организма спортсмена (например, сердечно-сосудистую). Третий уровень – дифференциальные показатели, характеризующие только одно свойство системы организма (например, биопотенциалы ЭКГ сердца). Четвертый уровень – единичные, показатели, раскрывающие одну величину, одно отдельное свойство системы организма человека (например, ЧСС).
3. Мера информативности (коэффициент информативности), надежность и объективность параметров, тестов, методов и средств комплексного медико-биологического контроля в спорте.

Тема 3. Применение средств медико-биологического контроля в системе отбора и ориентации спортсменов. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Средства и методы комплексного медико-биологического контроля, применяемые на этапе отбора и ориентации спортсменов для занятий избранным видом спорта.
2. Значение комплексного контроля для лиц разного возраста и пола, приступающих к систематическим занятиям различными видами спорта.

Тема 4. Контроль за применением допинга в спорте. Задачи, объекты и методы допинг-контроля. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА). Всемирный антидопинговый Кодекс. Международный стандарт «Запрещенный список».

2. Регистрируемый пул тестирования. Принцип полной ответственности. Терапевтическое использование.

3. Допинговые лаборатории. Методы анализа биологических проб: биохимический контроль. Контроль полового различия.

Тема 5. Допинг-контроль: организация, порядок проведения. Санкции, применяемые к спортсменам, уличенным в применении допинга. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Правила проведения и основные этапы процедуры допинг-контроля. Соревновательное и внесоревновательное тестирование, особенности организации.

2. Инспектор допинг-контроля (шаперон). Персонал по сбору проб. Основные функции наблюдателя и инспектора по допинг-контролю. Процедура уведомления спортсмена. Процедура сбора крови, мочи.

3. Санкции, применяемые для спортсменов, использовавших допинги: предупреждение, автоматическое аннулирование индивидуальных результатов, дисквалификация. Санкции к спортсменам в индивидуальных и командных видах спорта. Финансовые санкции. Срок давности.

Тема 6. Применение программного обеспечения и электронных модулей (система ADAMS и биологический паспорт спортсмена) для оптимизации допингового контроля. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Система тотального отслеживания местонахождения спортсмена – ADAMS. Модуль сведений о местонахождении спортсменов. Конфиденциальность данных. Модуль планирования тестирования и обработки результатов.

2. Модуль результатов лабораторных анализов. Модуль биологического паспорта спортсмена (БПС). Биологические показатели спортсмена. Гематологический профиль. Стероидный профиль. Эндокринный профиль.

3. Технический документ по Спорт специфическим анализам (ТДССА).

Раздел 2. Исследование и оценка уровня физического здоровья и функциональной подготовленности спортсменов по комплексу показателей (12 ч.)

Тема 7. Оценка морфофункциональной готовности организма спортсмена к работе в условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятия конституции, соматотипа, модельных характеристик спортсмена в избранном виде спорта.

2. Критерии оперативной оценки функционального состояния спортсменов. Прогностическая ценность отдельных показателей функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Характеристика кривых ЧСС и уровня артериального давления в покое, во время работы и в восстановительном периоде.

3. Функциональные пробы и тестирующие (стандартные) нагрузки, их сходство и различия.

4. Особенности реакций тренированного и нетренированного организмов и различных систем на тестирующие нагрузки.

5. Прогностически неблагоприятные симптомы снижения функциональных резервов организма спортсменов.

6. Причины возникновения и характеристика острого перенапряжения. Симптомы перенапряжения и первая помощь.

Тема 8. Оценка психофункциональной готовности организма спортсмена к работе в условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие «психической конституции» спортсменов. Индивидуальные характеристики структуры и динамики психофизиологического состояния в процессе тренировок и соревнований.

2. Нейродинамические (свойства нервной системы) и психодинамические (особенности темперамента) свойства. Тревожность, эмоциональная устойчивость, импульсивность, ригидность. Состояние готовности спортсмена к соревновательной деятельности, предстартовые состояния.

3. Проведение обследований спортсменов с помощью адаптированных к специфике спортивной деятельности психофизиологических, психологических и социально-психологических методик: оценка мотивационных установок, спортивных и жизненных ценностей, диагностика нейродинамических и психодинамических свойств, диагностика уровня развития психических качеств, оценка социально-психологической структуры команды.

4. Диагностика индивидуальных различий спортсменов по проявлениям нейродинамических свойств.

Тема 9. Оценка и анализ адаптационных возможностей организма спортсменов по комплексу показателей. (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Методика расчета адаптационного потенциала (АП) системы кровообращения с учетом возраста, массы тела, роста, частоты пульса, артериального давления.

2. Оценка степени адаптации организма спортсмена к недостатку кислорода.

3. Оценка возбудимости симпатического отдела вегетативной нервной системы при помощи простой ортостатической пробы.

4. Методы определения общей работоспособности и адаптационных возможностей организма: гарвардский степ-тест, 12-минутный тест Купера (беговой тест), анализ вариабельности сердечного ритма (ВСР).

5. Показатели неудовлетворительной адаптации организма. Перетренированность, причины ее возникновения, стадии развития и пути восстановления работоспособности.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Седьмой семестр (48)

Раздел 1. Место и роль комплексного медико-биологического контроля в системе отбора, ориентации и подготовки спортсменов (24 ч.)

Вид СРС: *Выполнение контрольных заданий

1. Выписать показатели комплексного контроля соревновательной деятельности спортсменов:

Вид спорта	Педагогические	Биомеханические	Медико-биологические	Психологические	Биохимические
Циклические					
Игровые					
Единоборства					
Скоростно-силовые					
Сложно-технические					

2. Описать информативные параметры текущего контроля из выбранного вами вида спорта (не менее пяти).

Физическая подготовленность	Техническая и тактическая подготовленность	Тренировочные нагрузки
-----------------------------	--	------------------------

3. Описать информативные параметры оперативного контроля из выбранного вами вида спорта (не менее пяти).

Физическое состояние	Техническая и тактическая подготовленность	Тренировочные нагрузки
----------------------	--	------------------------

4. Определить аутентичность двигательных тестов для контроля физических качеств (выносливости, силы, быстроты и т. д.) спортсмена

Название теста	Информативность	Надежность
----------------	-----------------	------------

5. Охарактеризовать инструментальные методики комплексного контроля в олимпийских видах спорта:

Название инструментальной методики	Назначение
------------------------------------	------------

6. Пояснить, что в себя включает этапное комплексное обследование?
7. Пояснить, что в себя включает текущее обследование спортсменов?
8. Пояснить, что в себя включает повседневный контроль состояния спортсменов сборных команд?
9. Перечислить методы комплексного контроля за функциональным состоянием организма спортсмена в тренировочном процессе?
10. Подготовить тезисы по результатам анализа актуальных проблем в организации комплексного медико-биологического контроля при подготовке юных спортсменов и путей их решения (в избранном виде спорта).

Вид СРС: *Выполнение контрольных заданий

1. Описать медико-биологические критерии спортивного отбора.
2. Охарактеризовать морфофункциональные особенности организма спортсмена как основу отбора и прогнозирования уровня спортивного мастерства в избранном виде спорта (вид спорта по выбору слушателя).
3. Выписать оценочно-уровневые нормативы антропометрических, функциональных показателей и физических качеств детей, подростков, юношей, применяемые при комплексной диагностике спортивных способностей и одаренности (морфотип, свойства нервной системы и темперамента, работоспособность и физические качества).
4. Выписать возрастные нормы для начала занятий спортом и этапы спортивной подготовки.
5. Выписать «модельные» характеристики (нормативы антропометрических, функциональных показателей и физических качеств) организма спортсмена в избранном виде спорта (вид спорта по выбору слушателя).
6. Составить протокол исследования спортивных способностей на основе генетических маркеров (антропогенетика, дерматоглифика, группы крови, сенсомоторное доминирование и т. д.), сопровождаемый критериальной таблицей.

Вид СРС: *Выполнение контрольных заданий

1. Зарегистрироваться на сайте rusada.ru (РУСАДА), пройти обучение по программе образовательного антидопингового онлайн-курса;

2. Пройти тестирование уровня антидопинговых знаний на сайте rusada.ru (РУСАДА), по результатам которого получить сертификат, необходимый для ведения профессиональной деятельности в сфере спорта.

3. Составить аналитический обзор в виде презентации по вопросу неотложной помощи при острых отравлениях допингами;

4. Составить сводную таблицу в виде презентации по вопросам последствий длительного применения допингов для организма спортсмена.

Вид СРС: *Выполнение контрольных заданий

1. Ознакомиться со структурой и содержанием основного антидопингового документа – Всемирного антидопингового кодекса на сайте rusada.ru (РУСАДА);

2. Ознакомиться с правилами пользования системой тотального отслеживания местонахождения спортсмена ADAMS и Биологическим паспортом спортсмена с помощью документов и видеоматериалов обучающего и справочного характера на сайте rusada.ru (РУСАДА);

3. Изучить структуру действующего Международного стандарта «Запрещенный список», выделить критерии включения в него средств и методов.

4. Ознакомиться с работой электронного ресурса по проверке субстанций на вхождение в Список <http://list.rusada.ru>.

5. Проанализировать современное состояние антидопингового движения и возможности его развития.

Раздел 2. Исследование и оценка уровня физического здоровья и функциональной подготовленности спортсменов по комплексу показателей (24 ч.)

Вид СРС: *Выполнение контрольных заданий

1. Составить перечень методик по оценке морфофункциональных свойств организма спортсмена.

2. Составить сводную таблицу должных величин морфофункциональных показателей с учетом возрастных особенностей.

3. Составить сводную таблицу динамики функциональных характеристик организма при работе различной мощности;

4. Охарактеризовать особенности тестирования максимальной аэробной и анаэробной мощности у спортсменов.

5. Пояснить, почему высокое значение МПК связывают с высокими результатами в видах спорта на выносливость.

6. Дать физиологическое обоснование теста PWC-170.

7. Исследование морфофункциональных особенностей спортсменов (возраст, пол и вид спорта на выбор).

Вид СРС: *Выполнение контрольных заданий

1. Составить перечень методик по оценке психофункциональных свойств организма спортсменов;
2. Составить сводную таблицу типологических особенностей личности применительно к спорту;
3. Составить сводную таблицу функциональных состояний организма спортсмена в процессе тренировочно-соревновательной деятельности;
4. Провести исследование особенностей вегетативной регуляции функций организма спортсменов (возраст, пол и вид спорта на выбор);
5. Провести исследование психологических свойств личности (возраст, пол и вид спорта на выбор);
6. Провести исследование эмоционально-психического состояния спортсмена (возраст, пол и вид спорта на выбор).

Вид СРС: *Выполнение контрольных заданий

1. Составить перечень методик по оценке адаптационных возможностей организма спортсменов;
2. Провести экспериментальную работу по оценке адаптационных возможностей организма спортсменов с применением одной из методик;
3. Провести исследование адаптационных возможностей сердечно-сосудистой системы спортсменов (возраст, пол и вид спорта на выбор);
4. Провести исследование общей работоспособности спортсменов (возраст, пол и вид спорта на выбор);
5. Составить презентацию на тему «Формирование заболеваний у человека как следствие срыва адаптационных возможностей организма».

7. Тематика курсовых работ

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства по дисциплине

8.1. Компетенции и этапы формирования

Код компетенции	Социально-гуманитарный модуль	Коммуникативный модуль	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	Психолого-педагогический модуль	Модуль воспитательной деятельности	Предметно-методический модуль	Предметно-технологический модуль	Учебно-исследовательский модуль
УК-7			+			+		
ПК-23						+	+	

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Код и	Код и	Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции
-------	-------	---

наименование компетенции	наименование индикатора достижения компетенции	2 (не зачтено) Ниже порогового	3 (зачтено) Пороговый	4 (зачтено) Базовый	5 (зачтено) Повышенный
УК-7 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Демонстрирует фрагментарное знание особенностей системного и критического мышления и готовности к нему	В целом успешно, но не систематически демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовности к нему	В целом успешно, но с отдельными пробелами демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовности к нему	Успешно и систематически демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовности к нему
	УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Фрагментарно применяет логические формы и процедуры, не способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности	В целом успешно, но не систематически применяет логические формы и процедуры, не всегда способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности	В целом успешно, но с отдельными недочетами применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности	Успешно и систематически применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности
	УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Фрагментарно анализирует источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения	В целом успешно, но бессистемно анализирует источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения	В целом успешно, но с отдельными недочетами анализирует источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения	Успешно и систематически анализирует источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения
	УК-7.4. Демонстрирует применение	Фрагментарно демонстрирует применение	В целом успешно, но бессистемно	В целом успешно, но с отдельными	Успешно и систематически демонстрирует

	комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	недостатами демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
ПК-23 Способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению	ПК-23.1. Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации.	Фрагментарно, несистематично использует нормативно-правовые акты в сфере антидопингового обеспечения спорта для организации работы по антидопинговому обеспечению спорта.	Не достаточно систематично использует нормативно-правовые акты в сфере антидопингового обеспечения спорта для организации работы по антидопинговому обеспечению спорта.	В целом успешно, но с отдельными недостатками использует нормативно-правовые акты в сфере антидопингового обеспечения спорта для организации работы по антидопинговому обеспечению спорта.	Успешно использует нормативно-правовые акты в сфере антидопингового обеспечения спорта для организации работы по антидопинговому обеспечению спорта.
	ПК-23.2. Ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.	Фрагментарно ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.	Не достаточно систематично ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.	В целом успешно, но с отдельными недостатками ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав	Успешно ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.

				спортсмена.	
	ПК-23.3. Владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.	Фрагментарно владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.	Не достаточно владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.	В целом успешно, но с отдельными недочетами демонстрирует навыки планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.	Успешно владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.

Уровни сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90–100 %
Базовый	зачтено	76–89 %
Пороговый	зачтено	60–75 %
Ниже порогового	не зачтено	Ниже 60 %

8.3. Вопросы для промежуточной аттестации

Седьмой семестр (Зачет, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4, ПК-23.1, ПК-23.2, ПК-23.3)

Типовые вопросы к зачету

1. Понятие, цель и задачи комплексного контроля в подготовке спортсменов.
2. Основное содержание комплексного контроля и его разновидности.
3. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
4. Контроль за физическим состоянием спортсмена.
5. Контрольные упражнения для определения уровня развития силовых качеств.
6. Контроль – компонент управления. Основные положения контроля.
7. Направления и разновидности комплексного контроля.
8. Показатели функциональной подготовленности спортсменов.
9. Понятие о тестах, используемых в комплексном контроле.
10. Метрологические требования к методам измерения результатов в тестах.

11. Содержание и организация оперативного контроля тренировочной деятельности.
12. Содержание и организация текущего контроля тренировочной деятельности.
13. Содержание и организация этапного контроля тренировочной деятельности.
14. Инструментальные методы измерения и контроля спортивной подготовленности спортсменов.
15. Функциональное состояние и необходимость мониторинга показателей, отражающих функции различных систем организма в процессе занятий физической культурой и спортом.
16. Оценка параметров сердечно-сосудистой системы в процессе занятий физической культурой.
17. Мониторинг показателей дыхательной системы в процессе занятий физической культурой и спортом.
18. Мониторинг предстартового состояния у спортсменов различных видов спорта и разного уровня квалификации.
19. Мониторинг показателей функционального состояния в течение соревновательного периода в различных видах спорта.
20. Кардиографическое исследование, биоимпедансное исследование сердечнососудистой системы, спирографическое исследование, пульсоксиметрическое исследование до и после нагрузки.
21. Принципы построения запрещенного списка, его структуру, критерии включения субстанций и методов в Запрещенный список.
22. Физиологическое действие допинговых препаратов на организм. Влияние допинговых средств на рост физических и психологических качеств в спорте.
23. Соревновательное тестирование. Регламент допингового контроля.
24. Внесоревновательное тестирование. Система АДАМС, структура и назначение.
25. Биологический паспорт спортсмена.
26. Допинговые лаборатории. Физико-химические методы анализа биологических проб.
27. Права и обязанности спортсмена при прохождении процедуры сбора проб. Санкции.

8.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет позволяет оценить сформированность универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Тестирование

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.
- по вопросам, предусматривающим установление правильной последовательности установлена правильная последовательность;
- по вопросам, предусматривающим установление соответствия сопоставление произведено верно для всех пар.

При оценивании учитывается вес вопроса (максимальное количество баллов за правильный ответ устанавливается преподавателем в зависимости от сложности вопроса). Количество баллов за тест устанавливается посредством определения процентного соотношения набранного количества баллов к максимальному количеству баллов.

Критерии оценки

До 60% правильных ответов – оценка «неудовлетворительно».

От 60 до 75% правильных ответов – оценка «удовлетворительно».

От 75 до 90% правильных ответов – оценка «хорошо».

Свыше 90% правильных ответов – оценка «отлично».

Контекстная учебная задача, проблемная ситуация, ситуационная задача, кейсовое задание

При определении уровня достижений студентов при решении учебных практических задач необходимо обращать особое внимание на следующее:

- способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творчески планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации;
- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы и задания;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении учебных задач;
- грамотное использование основной и дополнительной литературы;
- умение использовать современные информационные технологии для решения учебных задач, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

Оценка за выполнение задания определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность выполнения задания – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) выполнения – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

Вопросы и задания для устного опроса

При определении уровня достижений студентов при устном ответе необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
 - знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
 - ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
 - теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.
- Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Игнатьева, Л. Е. Основы антидопинговых знаний в физкультурно-спортивном образовании : учеб. пособие / Л. Е. Игнатьева. – Саранск : РИЦ МГПИ, 2017. – 196 с. – URL: <http://library.mordgpi.ru/MegaPro/Web/SearchResult/MarcFormat/155008>

2. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебник для вузов / Е. Ю. Андриянова. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 325 с. – URL: <https://urait.ru/viewer/sportivnaya-medicina-449010#page/1>

3. Белова, Л.В. Спортивная медицина [Электронный ресурс] / Л.В. Белова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2016. – 149 с. : ил. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>

4. Игнатьева, Л. Е. Формирование антидопингового сознания обучающихся в системе физкультурно-спортивного образования / Л. Е. Игнатьева, Ю. В. Киреева // Проблемы современного педагогического образования : междунар. науч. журн. - Ялта, 2016. - Вып. 53, Ч. 1. - С. 162-170. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27161847>

Дополнительная литература

1. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология : учебное пособие / Е.В. Фомина ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016. – 172 с. : ил., схем. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472087>. – ISBN 978-5-4263-0412-3.

2. Корягина, Ю. В. Комплексный контроль в футболе : учебное пособие / Ю. В. Корягина, В. А. Блинов, Ю. И. Сиренко ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. – 136 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274608>

3. Крикуха, Ю. Ю. Комплексный контроль в греко-римской борьбе : учебное пособие / Ю. Ю. Крикуха, Ю. В. Корягина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. – 150 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277199>

4. Фомина, Е. В. Физическая антропология: дыхание, кровообращение, иммунитет : учебное пособие / Е. В. Фомина, А. Д. Ноздрачев ; Московский педагогический государственный университет. – 2-е изд. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 188 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472085>. – ISBN 978-5-4263-0480-2.

5. Спортивная медицина: Справочник для врачей и тренеров [Электронный ресурс] / Всероссийская федерация легкой атлетики, Московский региональный Центр развития легкой атлетики ИААФ ; Перевод с английского языка А. Гнетова, Л. Потанич и др. - М. : Человек, 2013. - 328 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298272>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.wada-ama.org> – (Сайт Всемирного Антидопингового агентства. Имеются все необходимые ресурсы для организации антидопингового образования и антидопингового обеспечения спорта).

2. <http://www.rusada.ru> – (Сайт Российского антидопингового агентства. Имеются все необходимые ресурсы для организации антидопингового образования и антидопингового обеспечения спорта).

3. <http://www.sportmedi.ru> – (Сайт «Спортивная медицина» содержит актуальную информацию в вопросах медико-биологического обеспечения спорта).

4. <http://www.sportpharma.ru> – (Сайт «Фармакология в спорте высших достижений» содержит актуальную информацию по вопросам фармакологического обеспечения в спорте высших достижений).

5. <http://www.lib.sportedu.ru> – (Сайт Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту. Имеется обширный перечень учебной, учебно-методической, научной и научно-методической литературы).

6. <https://www.garant.ru> – (Сайт содержащий действующие и архивные версии нормативно-правовых ресурсов, законодательных актов, в том числе в сфере физической культуры и спорта).

7. <https://www.minsport.gov.ru> – (Сайт Министерства спорта Российской Федерации. Содержит актуальную информацию в сфере физической культуры и спорта).

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационно-справочных систем

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Информационно-правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Электронная библиотечная система МГПУ (МегоПро) (<http://library.mordgpi.ru/MegaPro/Web>)
2. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека Онлайн» (<https://biblioclub.ru/>)
3. Электронная библиотечная система «Лань» (<https://e.lanbook.com/books/917?publisher=31762>)
4. Электронная библиотечная система «Юрайт» (<https://urait.ru/>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также

мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Научно-практический центр физической культуры и здорового образа жизни.

№ 103

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (персональный компьютер, включая системный блок, монитор, клавиатура, мышь, гарнитура, web-камера, акустическая система (колонки, микрофон); многофункциональное устройство.

Лабораторное оборудование: аппаратно-программный комплекс «Здоровье-экспресс»; программный модуль СКУС (система управления уровнем стресса); аппаратный комплекс «ПсихоТест»; аппарат для комплексной оценки функций дыхательной системы (спирометр компьютеризированный); приборы для антропометрических и физиометрических исследований (весы медицинские, тонометры, секундомеры, ростометр, спирометры, динамометры).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Лаборатория анатомии, физиологии и гигиены человека.

№ 3

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (компьютер, клавиатура, сетевой фильтр, проектор, крепление); интерактивная доска Elite.

Лабораторное оборудование: весы медицинские напольные РП-150МГ; прибор механический для измерения артериального давления МТ 10; прибор механический для измерения артериального давления МТ 20 3; спирометр.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.