

**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
Технологии мониторинга функциональной подготовленности**

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Профессиональное образование и управление в отрасли
физической культуры и спорта

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Комарова Н. А., канд. биол. наук, доцент кафедры физического воспитания и
спортивных дисциплин

Игнатьева Л. Е., канд. биол. наук, доцент кафедры физического воспитания и
спортивных дисциплин

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 7 от
20.02.2020 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 магистров теоретические и методические навыки, позволяющие ориентироваться в функциональных и инструментальных методах исследования, в функциональных пробах измерения биомеханических параметров спортивной техники, а также самоконтроле в спорте; сформировать практические навыки оценки функционального состояния спортсменов и лиц различного пола и возраста, занимающихся физической культурой и спортом.

Задачи дисциплины:

- дать представление о типах мониторинга, особенностях их технологий;
- познакомить с технологиями проведения исследований, навыками организации и их проведения в зависимости от вида спорта, возраста и типа контроля;
- изучить технологии, позволяющие оценить влияние физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста ;
- изучить методики самоконтроля в спорте, методики оценки результата спортивной деятельности, технологии поддержания спортивной формы;
- изучить технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.05.ДВ.01.01 «Технологии мониторинга функциональной подготовленности» изучается в составе модуля К.М.05.ДВ.01. «Медико-биологические основы физической культуры и спорта» и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знание теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; современных подходов к организации и содержанию спортивной деятельности; системы управления тренировочным процессом.

Изучению дисциплины К.М.05.ДВ.01.01 «Технологии мониторинга функциональной подготовленности» предшествует освоение дисциплин (практик):

ФТД.02 Методика и технология построения и управления спортивной тренировкой;

К.М.01.04 Технологии научных исследований в отрасли физической культуры и спорта;

К.М.03.01 Профессиональная подготовка преподавателя в области физкультурного образования;

К.М.01.05(У) Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы));

К.М.04.01 Нормативно-правовое обеспечение физической культуры и спорта

К.М.04.02 Планирование, аналитическая и методическая деятельность в области физической культуры и спорта

К.М.05.02 Медико-биологические аспекты физкультурно-спортивной деятельности

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.01.01 «Технологии мониторинга функциональной подготовленности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

ФТД.01 Педагогический контроль и оценка освоения образовательных программ профессионального обучения;

К.М.03.03 Профессиональная компетентность педагога в области физической культуры и спорта

К.М.03.03 Профессиональная компетентность педагога в области физической культуры и спорта

К.М.03.08(П) Производственная практика (научно-исследовательская работа).

К.М.04.03 Руководство спортивной подготовкой

К.М.04.ДВ.01.01 Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности

К.М.05.ДВ.01.02 Технологии повышения эффективности физкультурно-спортивной деятельности

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Технологии мониторинга функциональной подготовленности», включает:

– 01 Образование и наука (в сфере профессионального образования, дополнительного профессионального образования; в сфере научных исследований)

– 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:

- педагогический;
- организационно-управленческий.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
ПК-2. способностью осуществлять реализацию образовательного процесса, используя педагогически обоснованные формы, методы, способы, приемы организации деятельности обучающихся и современные технические средства обучения и образовательные технологии	
ПК-2.1. Демонстрирует знание форм, методов,	знать: - анатомическое строение и функции органов и систем

способов, приемов организации деятельности обучающихся, современных технических средств обучения и образовательных технологий	организма человека, закономерности психического, физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды; уметь: - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием разных инновационных технологий мониторинга функциональной подготовленности; владеть: - навыками совершенствования и развития своего научно-методического потенциала.
ПК-2.2. Использует педагогически обоснованные формы, методы, способы, приемы организации деятельности обучающихся и современные технические средства обучения для обеспечения качества образовательного процесса	знать: - организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта; уметь: - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием разных инновационных технологий мониторинга функциональной подготовленности; владеть: - технологиями оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом.
ПК-2.3. Осуществляет реализацию образовательного процесса, используя современные методики и образовательные технологии	знать: - научно-методические основы реализации образовательного процесса с использованием современных методик и образовательных технологий; уметь: - реализовывать образовательный процесс с использованием современных методик и образовательных технологий; владеть: - навыками использования в образовательном процессе современных методик и образовательных технологий.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Третий семестр
Контактная работа (всего)	18	18
Лекции	6	6
Практические занятия	12	12
Самостоятельная работа (всего)	90	90
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость (часы)	108	108
Общая трудоемкость (зачетные единицы)	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Научно-теоретические аспекты мониторинга функциональной подготовленности:

Сущность, предмет, цели и функции мониторинга. Состав группы мониторинга и распределение функциональных обязанностей участников мониторинговых исследований. Объекты мониторинга. Мониторинг в физической культуре и спорте. Задачи мониторинга функциональной подготовленности школьников и спортсменов. Нормативные акты, регулирующие процедуру спортивно-оздоровительного мониторинга. Теоретические аспекты мониторинга функциональной подготовленности как научно-методическая проблема.

Раздел 2. Организация и технологии мониторинга функциональной подготовленности:

Формы и методы сбора информации и обработки полученных результатов. Организация и технологии мониторинга. Этапы и направления мониторинга. Построение модели проведения комплексного мониторинга. Статистическая обработка данных и оформление результатов научного эксперимента. Методы определения физического развития школьников и спортсменов. Общая оценка функциональной подготовленности школьников и спортсменов. Общая оценка физической подготовленности школьников и спортсменов. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня функциональной подготовленности в процессе занятий физической культурой и спортом. Комплексная оценка состояния здоровья обучающихся с использованием различных подходов.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (6 ч.)

Раздел 1. Научно-теоретические аспекты мониторинга функциональной подготовленности (2 ч.)

Тема 1. Теоретические аспекты мониторинга как научно-методическая проблема (2 ч.)

Сущность, предмет, цели и функции мониторинга. Состав группы мониторинга и распределение функциональных обязанностей участников мониторинговых исследований. Объекты мониторинга.

Раздел 2. Организация и технологии мониторинга функциональной подготовленности (4 ч.)

Тема 2. Формы и методы сбора информации и обработки полученных результатов (2 ч.)

Формы сбора информации и обработки полученных результатов. Методы сбора информации. Методы обработки полученных результатов. Организация и технологии мониторинга. Этапы и направления мониторинга.

Тема 3. Построение модели проведения комплексного мониторинга (2 ч.)

Построение модели проведения первичного обследования группы занимающихся с учетом возраста, уровня физической подготовленности. Проведение обследования, компьютерная обработка и интерпретация результатов исследования (подготовка модели научной статьи по проведенным

исследованиям). Экспресс-тесты и скрининговые методики в рамках осуществления мониторинга функционального состояния в процессе занятий физической культурой и спортом.

5.3. Содержание дисциплины: Практические занятия (12 ч.)

Раздел 1. Научно-теоретические аспекты мониторинга функциональной подготовленности (6 ч.)

Тема 1. Мониторинг в физической культуре и спорте. (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Задачи мониторинга функциональной подготовленности школьников и спортсменов.

2. Принципы спортивно-оздоровительного мониторинга.

3. Эмпирическое исследование – основа спортивно-оздоровительного мониторинга.

4. Научное обоснование мониторинга функциональной подготовленности в физической культуре и спорте.

5. Направления реализации результатов спортивно-оздоровительного мониторинга физической подготовленности.

6. Методы спортивно-оздоровительного мониторинга.

Тема 2. Нормативные акты, регулирующие процедуру спортивно-оздоровительного мониторинга. (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Современное состояние проблемы мониторинга функциональной подготовленности школьников и спортсменов.

2. Постановление Правительства Российской Федерации от 29.12.2001 г. № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков, молодежи».

3. «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» от 7 августа 2009 года.

4. Проведение мониторинга на федеральном уровне, уровне субъектов Российской Федерации и муниципальных образований.

5. Роль учреждений системы образования, физической культуры и спорта в осуществлении мониторинга физической подготовленности детей, подростков и молодежи.

Раздел 2. Организация и технологии мониторинга функциональной подготовленности (6 ч.)

Тема 4. Методы определения физического развития, физической и функциональной подготовленности школьников и спортсменов (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Определение физического развития методом стандартов.

2. Определение физического развития методом индексов.

3. Группы здоровья школьников

4. Адаптационный потенциал организма школьника и методы его оценки

5. Оценка физических качеств.

6. Исследование функционального состояния нервной системы.

7. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы

8. Исследование функционального состояния дыхательной системы.

9. Исследование функциональной подготовленности обучающихся с применением аппаратно-программных компьютерных технологий. Технологии экспресс-оценки функциональной подготовленности.

10. Мониторинг состояний спортсмена.

Тема 5. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня функциональной подготовленности в процессе занятий физической культурой и спортом (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Значение контроля и самоконтроля в физической культуре и спорте.

2. Методы самоконтроля за физическим развитием.

3. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).

4. Методы самоконтроля за физической подготовленностью.

Тема 6. Комплексная оценка состояния здоровья обучающихся с использованием различных подходов (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Возрастные особенности физического развития и высшей нервной деятельности обучающихся. Понятия нормы, индивидуального развития, биологического и календарного возраста.

2. Оценка самочувствия обучающихся.

2. Социальный анамнез обучающихся (анкета).

3. Оценка эмоционального состояния.

4. Оценка уровня физического здоровья по Г.Л. Апанасенко.

5. Оценка физического состояния здоровья по А.Г. Щедриной.

6. Оценка адаптационного потенциала по Р.М. Баевскому

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Третий семестр (90 ч.)

Раздел 1. Научно-теоретические аспекты мониторинга функциональной подготовленности (45 ч.)

Вид СРС: *Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

1. По данным литературных источников и демографических сайтов провести анализ состояния здоровья детей, подростков и молодежи Республики Мордовия, сравнить с данными по РФ, полученный материал представить в виде диаграмм.

2. Составить словарь терминов и понятий по вопросам мониторинга здоровья.

3. Проанализировать нормативные документы, регламентирующие мониторинг здоровья и здоровьесберегающей среды субъектов образовательного процесса.

4. Изучить нормативную базу оздоровительной физической культуры. По следующим материалам: Закон РФ «Об образовании», Закон РФ «О физической культуре и спорте» 2008г. Приказ Министерства образования и науки РФ «Об организации мониторинга здоровья обучающихся, воспитанников образовательных учреждений» от 12 января 2007г. № 7 Распоряжение Правительства Российской Федерации от 19 января 2006г. № 38-р.

5. Разработать техническое задание на создание мониторинга в системе высшего учебного заведения или общеобразовательной школы, в школе Олимпийского резерва и т. д. (по выбору магистра).

6. Самостоятельно изучить по литературным источникам фазу суперкомпенсации и ее учет в практике занятий оздоровительной физической культуры и спорта.

7. Раскрыть содержание понятий: акселерация, антропометрия, онтогенез, биологический возраст, физическое развитие, уровень физического состояния.

8. Разработать алгоритм и организовать самостоятельное тестирование уровня физического развития, в системе высшего учебного заведения, общеобразовательной школы, школы Олимпийского резерва и т. д. (по выбору магистранта). Провести компьютерную обработку и интерпретацию результатов исследования.

9. Разработать алгоритм и организовать самостоятельное исследование типа телосложения и морфофункциональных параметров у занимающегося контингента (по месту работы), в системе высшего учебного заведения, общеобразовательной школы, школы Олимпийского резерва и т. д. (по выбору магистранта).

Вид СРС: *Подготовка к коллоквиуму

Вопросы

1. Функциональное состояние кардиореспираторной системы и значимость оценки параметров, отражающих эти показатели в процессе занятий физической культурой и спортом.

2. Функциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у девушек и женщин в процессе занятий физической культурой и спортом.

3. Функциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у детей и подростков в процессе занятий физической культурой и спортом.

4. Функциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у лиц зрелого и пожилого возраста в процессе занятий физической культурой и спортом.

5. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня функционального состояния в процессе занятий физической культурой и спортом.

6. Технология осуществления мониторинга биоэлектрической активности головного мозга (цели, задачи, виды, аппаратное обеспечение).

7. Исследование сердечно-сосудистой системы при занятиях физической культурой и спортом в различных возрастных группах. Функциональные пробы.

8. Методики оценки физической работоспособности в процессе занятий физической культурой и спортом (в лабораторных и естественных условиях).

9. Исследование дыхательной системы и оценка физической работоспособности при занятиях физической культурой и спортом в различных возрастных группах.

10. Особенности уровня развития показателей кардиореспираторной системы при занятиях различными видами мышечной деятельности.

11. Исследование и оценка функционального состояния нервной системы в процессе занятий физической культурой и спортом.

12. Мониторинг предстартового состояния у спортсменов различных видов спорта и разного уровня квалификации.

13. Методика подбора программы мониторинга с учетом цели и задач исследования, пола, возраста, уровня подготовленности, вида мышечной деятельности и условий (естественные или лабораторные, аппаратный комплекс и т. д.).

Раздел 2. Организация и технологии мониторинга функциональной подготовленности (45 ч.)

Вид СРС: * Подготовка к коллоквиуму

Вопросы

1. Оценка параметров сердечно-сосудистой системы в процессе занятий физической культурой.

2. Оценка параметров сердечно-сосудистой системы в процессе занятий спортом.

3. Мониторинг показателей дыхательной системы в процессе занятий физической культурой и спортом.

4. Мониторинг показателей дыхательной системы в процессе занятий спортом.

5. Функциональное состояние кардиореспираторной системы и значимость оценки параметров, отражающих эти показатели в процессе занятий физической культурой и спортом.

6. Обзор современных аппаратных методик для оценки различных сторон функционального состояния в процессе занятий физической культурой и спортом.

7. Расчетные методики (индексы) для оценки различных сторон функционального состояния.

8. Экспресс-тесты и скрининговые методики в рамках осуществления мониторинга функционального состояния в процессе занятий физической культурой и спортом.

9. Технология осуществления мониторинга биоэлектрической активности головного мозга (цели, задачи, виды, аппаратное обеспечение).

10. Методики оценки физической работоспособности в процессе занятий физической культурой и спортом (в лабораторных и естественных условиях).

11. Методика оценки типа нервной системы в практике физической культуры и спорта.

12. Методика оценки типа межполушарного взаимодействия и асимметрии головного мозга в практике физической культуры и спорта.

Вид СРС: *Подготовка к контрольной работе

Вариант-1

1. Опишите теоретические аспекты исследования здоровья и функциональных состояний как научно-методическую проблему.

2. Обоснуйте типы функционального состояния органов и систем, определяющих и лимитирующих общую и специальную работоспособность.

3. Охарактеризовать взаимосвязь физической работоспособности с показателями здоровья занимающихся физической культурой и спортом.

Вариант-2

1. Описать основные методы исследования и оценки физической работоспособности занимающихся физической культурой и спортом.

2. Опишите возможности донозологической диагностики по степени напряжения адаптационных механизмов.

3. Постройте модель проведения первичного обследования группы занимающихся с учетом возраста, уровня физической подготовленности.

7. Тематика курсовых работ

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

8.1. Компетенции и этапы формирования

Код компетенции	Методология исследования в образовании	Профессиональная коммуникативная	Профессиональная подготовка педагога в области физической культуры и спорта	Менеджмент физкультурно-спортивной деятельности	Медико-биологические основы физической культуры и спорта
ПК-2	+	-	+	-	+

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (неудовлетворительно) ниже порогового	3 (удовлетворительно) пороговый	4 (хорошо) базовый	5 (отлично) повышенный
ПК-2. способностью осуществлять реализацию образовательного процесса, используя педагогически обоснованные формы, методы, способы, приемы организации деятельности обучающихся и современные технические средства обучения и образовательные технологии			
ПК-2.1. Демонстрирует знание форм, методов, способов, приемов организации деятельности обучающихся, современных технических средств обучения и образовательных технологий			

Фрагментарно знает особенности педагогической деятельности, содержание и виды учебно-методического сопровождения учебных курсов и дисциплин по программам СПО, бакалавриата и ДПП в области физкультурного образования	В целом знает особенности педагогической деятельности, содержание и виды учебно-методического сопровождения учебных курсов и дисциплин по программам СПО, бакалавриата и ДПП в области физкультурного образования	В целом успешно, но с отдельными недочетами знает особенности педагогической деятельности, содержание и виды учебно-методического сопровождения учебных курсов и дисциплин по программам СПО, бакалавриата и ДПП в области физкультурного образования	Успешно знает особенности педагогической деятельности, содержание и виды учебно-методического сопровождения учебных курсов и дисциплин по программам СПО, бакалавриата и ДПП в области физкультурного образования
--	---	---	---

ПК-2.2. Использует педагогически обоснованные формы, методы, способы, приемы организации деятельности обучающихся и современные технические средства обучения для обеспечения качества образовательного процесса

Фрагментарно использует современные специальные знания и результаты исследований для организации образовательной деятельности в области физкультурного образования	В целом успешно, но не систематически использует современные специальные знания и результаты исследований для организации образовательной деятельности в области физкультурного образования	В целом успешно, но с отдельными недочетами использует современные специальные знания и результаты исследований для организации образовательной деятельности в области физкультурного образования	использует современные специальные знания и результаты исследований для организации образовательной деятельности в области физкультурного образования
--	---	---	---

ПК-2.3. Осуществляет реализацию образовательного процесса, используя современные методики и образовательные технологии

Фрагментарно владеет опытом реализации образовательных программ в области физкультурного образования	В целом успешно, но не систематически владеет опытом реализации образовательных программ в области физкультурного образования	В целом успешно, но с отдельными недочетами владеет опытом реализации образовательных программ в области физкультурного образования	Успешно и систематически владеет опытом реализации образовательных программ в области физкультурного образования
--	---	---	--

Уровни сформированности компетенций

Уровень сформированности	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по
--------------------------	---	---------------------

компетенции	Зачет	БРС
Повышенный	зачтено	90–100 %
Базовый	зачтено)	76–89 %
Пороговый	зачтено	60–75 %
Ниже порогового	незачтено	Ниже 60 %

8.3. Вопросы для промежуточной аттестации

Третий семестр (Зачет, ПК-2)

1. Дайте определение мониторинга, понятия, связанные с мониторингом, цель и задачи мониторинга.
2. Опишите принципы мониторинга.
3. Опишите физическое развитие: определение, методы оценки физического развития.
4. Раскройте сущность гармоничного и дисгармоничного физического развития, методы оценки, примеры.
5. Охарактеризуйте показатели нормы здоровья (антропометрические, физиометрические, биохимические, психологические, социальные).
6. Обоснуйте значение индивидуального подхода к занятиям физической культурой.
7. Дайте характеристику методов о допуске к занятиям физической культурой, регулировании уровня физических нагрузок.
8. Дайте характеристику методам оценки состояния сердечно-сосудистой системы.
9. Дайте характеристику методам оценки возможностей дыхания при физической работе.
10. Дайте характеристику показателям артериального давления (АД) в покое и при мышечной работе.
11. Охарактеризуйте комплексный контроль в спорте как одно из важнейших звеньев (подсистем) системы управления подготовкой спортсменов высокого класса.
12. Объясните значимость определения состояния и уровня физического здоровья человека по комплексу показателей.
13. Сформулируйте понятие «норма здоровья».
14. Перечислите методы диагностики состояния физического здоровья человека.
15. Обоснуйте место и роль комплексного контроля в системе физического воспитания детей.
16. Объясните значимость медико-педагогических наблюдений во время занятий физкультурой.
17. Обоснуйте методы контроля за учебной и тренировочными нагрузками.
18. Охарактеризуйте контроль за динамикой развития физических качеств, формирования навыков и ростом спортивных результатов.
19. Обоснуйте особенности комплектования медицинских групп обучающихся для занятий физической культурой.

20. Объясните особенности индивидуального подхода к занятиям физической культурой.

21. Охарактеризуйте методы физиологического исследования деятельности системы дыхания в покое и при мышечной деятельности.

22. Укажите комплекс технических средств измерения и регистрации показателей подготовленности спортсмена как в процессе тренировки, так и в условиях соревнований.

23. Перечислите методы диагностики состояния физического здоровья человека.

24. Объясните значимость определения состояния и уровня физического здоровья человека по комплексу показателей.

25. Сделайте общую характеристику дыхания при физической работе

26. Дайте характеристику показателей состояния психического здоровья человека.

27. Дайте характеристику основным физиологическим показателям работы сердца.

28. Дайте характеристику показателям артериального давления (АД) в покое и при мышечной работе.

29. Охарактеризуйте методы физиологического исследования деятельности системы дыхания в покое и при мышечной деятельности

30. Охарактеризуйте педагогические наблюдения во время занятий, регистрация функциональных и других показателей, характеризующих деятельность занимающегося физическими упражнениями непосредственно на занятиях.

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.

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».

Контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные.

Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;

- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

Критерии оценки

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной письменной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

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. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л.И. Вериге, А.М. Вышедко, Е.Н. Данилова, Н.Н. Демидко; Сибирский Федеральный университет. - Красноярск: СФУ, 2016. - 224 с. - режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497355>.

2. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины : учебное пособие / С.Г. Куртев, И.А. Кузнецова, С.И. Еремеев, Л.А. Лазарева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. – 4-е изд., стер. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 152 с. : таб. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483298>.

Дополнительная литература

1. Ланда, Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология [Электронный ресурс] : учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань : Познание, 2014. - 66 с. - режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174>

2. Теремов, А. В. Методология исследовательской деятельности в образовании : учебное пособие / А. В. Теремов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет». – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2018. – 112 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500572>

3. Корягина, Ю.В. Руководство к практическим занятиям по дисциплине «Физиологическое тестирование спортсмена» / Ю.В. Корягина ; Министерство

спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии и др. – Омск : Издательство СибГУФК, 2012. – 109 с. : ил. – Режим доступа: _____ по _____ подписке. – URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277197>.

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

1. <http://www.science-education.ru/article/view?id=29456> – (Электронный журнал «Современные проблемы науки и образования»).
2. <http://pedlib.ru> – (Сайт Педагогической библиотеки).
3. <http://www.edu.ru/news/> – (Федеральный портал «Российское образование»).
4. http://www.elitarium.ru/course/distancionnyjj_kurs_prakticheskaja_logika_a_rgumentacija/ – (Сайт Элитариум: центр дополнительного образования)

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 лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ).

Мультимедийный класс № 107.

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, коврик), проектор, интерактивный экран, лазерная указка, доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

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 оснащено оборудованием 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, ростомер, спирометры, динамометры).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.