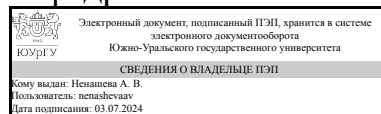


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



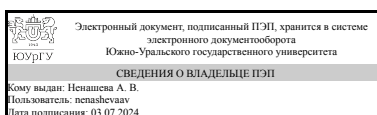
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.04 Физиология физического воспитания и спорта
для направления 44.03.01 Педагогическое образование
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Физкультурное образование
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

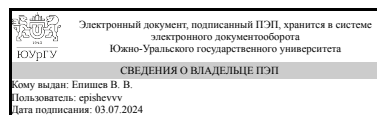
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

Зав.кафедрой разработчика,
д.биол.н., доц.



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



В. В. Епишев

1. Цели и задачи дисциплины

Цель: сформировать у студентов знания и выработать умения в области физиологии физического воспитания и спорта для применения их в профессиональной деятельности преподавателя по физической культуре. Задачи дисциплины: изучить анатомо-физиологические особенности детей и подростков в процессе физического воспитания и спорте; основы физиологических закономерностей функционирования организма и повышения его резервных возможностей; психолого-физиологические механизмы формирования потребности в двигательной деятельности; физиологические закономерности адаптации организма к специфической нагрузке в различных видах спортивной деятельности; овладеть методами медико-биологического контроля за состоянием организма в процессе занятий физической культурой и спортом; овладеть навыками научно-исследовательской и методической работы по проблемам физиологии физического воспитания и спорта.

Краткое содержание дисциплины

Физиологическая характеристика видов мышечной деятельности. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. Качественные стороны двигательной деятельности. Физиологическая характеристика функционального состояния организма при мышечной деятельности. Вегетативное обеспечение мышечной работы. Физиологическая характеристика урока физической культуры. Физиологическая характеристика спортивной тренировки. Физиологическая характеристика основных видов физических упражнений, составляющих основу школьной программы. Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора детей и подростков.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знает: понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; основные технологии поиска и сбора информации; способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов. Умеет: работать с информацией, представленной в различной форме; обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; обосновывать решение задач физиологии физического воспитания и спорта с позиций системного подхода; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. Имеет практический опыт: работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам физиологии физического воспитания и

	спорта.
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	Знает: технологию осуществления поиска и систематизации научной информации; основные закономерности физиологических процессов, протекающих в организме человека при различных физических нагрузках. Умеет: анализировать информационные ресурсы по исследованиям в сфере ФКиС, отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок. Имеет практический опыт: методом критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития ФКиС и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.
ПК-5 Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	Знает: основы физиологии физического воспитания, кардиопульмональную систему, статокINETическую устойчивости и опорно-двигательного аппарата при внешних воздействиях. Умеет: оценивать эффективность занятий физической культурой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения. Имеет практический опыт: владения навыками самостоятельной организации исследований, в том числе обучения других методикам проведения исследований в сфере ФКиС.
ПК-8 Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных	Знает: технологию осуществления поиска и систематизации научной информации. Умеет: технологию осуществления поиска и систематизации научной информации. Имеет практический опыт: владения навыками самостоятельной организации исследований, в том числе обучения других методикам проведения исследований в сфере ФКиС.
ПК-9 Способен планировать, организовывать, контролировать и координировать образовательный процесс	Знает: методы физиологического тестирования изменений в процессе образовательной деятельности. Умеет: оценивать динамику физиологических процессов при образовательной деятельности. Имеет практический опыт: владения методиками контроля и координации за физиологическими функциями при осуществлении образовательной деятельности.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Биомеханика двигательной деятельности, История физической культуры, Теория и методика физической культуры, Цифровое сопровождение тренировочного	Спортивная метрология и контроль в физической культуре и спорте, Возрастные особенности физического воспитания

процесса	
----------	--

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Теория и методика физической культуры	Знает: особенности планирования, организации и контроля образовательной и развивающей деятельности в физическом воспитании и спортивной тренировке., основополагающие и частные принципы физического воспитания и спортивной тренировки, структуру, состав и особенности средств, методов и педагогических условий эффективного решения педагогических задач в сфере физической культуры. , общие положения и понятия дисциплины, основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели., правила безопасного поведения на занятиях физическими упражнениями в различных условиях, принципы дозирования адекватной возможностям занимающихся физической нагрузки, основы оказания первой доврачебной помощи при травмах., основополагающие принципы проектирования, особенности проектных технологий в физическом воспитании и спортивной тренировке. Умеет: спланировать, осуществить и оценить эффективность деятельности субъектов образовательного процесса в различных педагогических условиях в физическом воспитании и спортивной тренировке., осуществлять выбор образовательных стратегий в соответствии с требованиями ФГОС ОО, конкретными задачами и особенностями состояния занимающихся, осуществлять рефлексию эффективности применяемых средств и методов., самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; проводить занятия по общей физической подготовке; использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности., применить на практике меры профилактики травматизма, грамотно дозировать параметры физической нагрузки, внедрить в практическую работу здоровьесформирующие педагогические технологии; оказать первую доврачебную помощь., спланировать, замотивировать занимающихся и реализовать индивидуальную или совместную учебно-проектную деятельность

	в физическом воспитании и спортивной тренировке. Имеет практический опыт: управления коллективом учащихся, формирования у них учебно-познавательной мотивации к физической активности в рамках урочной и внеурочной деятельности., осуществления планирования, организации и контроля эффективности различных форм занятий в рамках физического воспитания и спортивной тренировки., владения методами самоконтроля и анализа своего физического состояния, технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., оказания первой доврачебной помощи при травмах, реализации здоровьесформирующих педагогических технологий и оценки их эффективности., использования передовых педагогических и информационных технологий в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в физическом воспитании и спортивной тренировке.
Цифровое сопровождение тренировочного процесса	Знает: знания в области цифрового сопровождения тренировочного процесса, включая понимание технологий, методик обучения и анализа данных., знание о цифровых технологиях, используемых для сопровождения тренировочного процесса. Знания о спортивных датчиках, мониторинге физиологических показателей, анализе движений и других аспектах цифрового сопровождения., свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения профессиональных целей. , порядок составления отчетной документации по проведению спортивной подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации); содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке., основные принципы цифрового сопровождения тренировочного процесса, включая использование специализированного программного обеспечения и технических инструментов., основные правила в области охраны жизни и здоровья, а также навыки применения методик сохранения и укрепления здоровья учащихся и формирования мотивации здорового образа жизни. Умеет: организовывать и контролировать тренировочный процесс с использованием современных методов и инструментов., эффективно использовать цифровые инструменты для мониторинга и анализа данных тренировочного процесса. , создавать и достраивать индивидуальную траекторию саморазвития при получении профессионального образования; планировать

	профессиональную деятельность на основе принципов образования., контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; выявлять признаки перенапряжения и переутомления занимающихся, варьировать величиной нагрузки с учетом индивидуальных функциональных возможностей занимающихся, закономерностей развития и взаимосвязи различных систем организма, занимающегося; анализировать правильность и оптимальность двигательных действий и исполнения тактических приемов занимающимися., разрабатывать индивидуальные и групповые тренировочные планы, адаптировать под конкретные потребности обучающихся., применять знания в области охраны жизни и здоровья, а также навыки применения методик сохранения и укрепления здоровья учащихся и формирования мотивации здорового образа жизни. Имеет практический опыт: успешно руководить образовательным и тренировочным процессом., успешно организовывать тренировочный процесс с использованием современных цифровых технологий., планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, развитию физических качеств и воспитанию личности; решения педагогических задач, использования спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений, применяемых в практике спортивной подготовки, организации спортивных соревнований., использования цифровых технологий, включая специализированные программы для анализа и визуализации тренировочных данных., в обеспечении охраны жизни и здоровья спортсменов в учебно-воспитательном процессе, обеспечивая контроль, безопасность и оперативное реагирование на различные ситуации.
История физической культуры	Знает: как осуществлять и организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в сфере истории физической культуры и спорта., принципы сбора, отбора и обобщения информации, специфику системного подхода для решения поставленных задач., о накопленных в области физической культуры духовных ценностях, историческое наследие физической культуры и спорта, о способах передачи накопленных знаний в области физической культуры., основные категории истории физической культуры, историческое наследие, социокультурные традиции и основы

	межкультурной коммуникации., основные закономерности развития физической культуры в обществе, предпосылки развития и становления различных видов спорта. Умеет: осуществлять и организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в сфере истории физической культуры и спорта., находить, критически анализировать и выбирать информацию, необходимую для решения поставленной задачи, грамотно, логично, аргументированно формирует собственные суждения и оценки деятельности., осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность в области сохранения и преумножения накопленных духовных ценностей и исторического наследия в сфере физической культуры и спорта, осуществлять передачу накопленных знаний в области физической культуры и спорта., взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции., систематизировать полученные знания о закономерностях развития физической культуры и спорта в различных исторический период, устанавливать взаимосвязь развития физической культуры и спорта с конкретным историческим периодом. Имеет практический опыт: применения умения по организации совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в сфере истории физической культуры и спорта., использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем., владения способами передачи накопленных знаний в области физической культуры и спорта при осуществлении целенаправленной воспитательной деятельности., владения навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах., владения навыками анализа и выявления закономерностей и тенденций развития физической культуры в нашей стране и во всем мире.
Биомеханика двигательной деятельности	Знает: принципы проектирования, передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности., основные теоретические аспекты, задачи и методы биомеханики двигательной деятельности, основы биомеханического контроля., цель деятельности субъектов образовательного процесса и способы ее достижения в области биомеханики, основы математического моделирования различных форм движений, способы осуществления расчетно-графических работ и основы

	биомеханического анализа полученных результатов. , предмет, историю и специфическую проблематику биомеханики; терминологию биомеханики; понятие о моделях и моделировании в биомеханике; основы биомеханического контроля, технические средства и методики измерений. Умеет: реализовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность в области биомеханики двигательной деятельности., осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач по биомеханике двигательной деятельности., планировать, организовывать, контролировать и координировать свою деятельность в ходе решения задач в области биомеханики двигательной деятельности, обобщать и анализировать полученные результаты., осуществлять математическое моделирование различных форм движений в зависимости от биомеханических свойств двигательной системы у детей и подростков; проводить расчетно-графические работы и делать анализ выполненного исследования; обобщать и анализировать полученные результаты с точки зрения основ биомеханических процессов; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. Имеет практический опыт: владения современными передовыми проектными технологиями, выполнения индивидуальной и групповой учебно-проектной деятельности., решения практических задач в области биомеханики двигательной деятельности., решения расчетно-графических работ, владения методами математической обработки полученных данных, анализа полученных результатов с точки зрения биомеханических процессов., владения навыками статистической обработки полученных результатов в ходе антропометрических исследований; количественными методами оценки эффективности физических упражнений; методами математической обработки информации; осуществления критического анализа информации для решения поставленных задач.
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 20,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		7
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	12	12
Лекции (Л)	8	8
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	4	4
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	87,5	87,5
Подготовка к итоговому тестированию, экзамену	27	27
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы	30	30
Выполнение исследовательских или практических заданий	30,5	30.5
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Введение в физиологию физических упражнений и спорта. Физиологическая сущность движения. Физиология мышечного сокращения и расслабления. Физиология мышечной деятельности. Биоэнергетика мышечной деятельности. Кардиореспираторная система и мышечная деятельность.	3	2	1	0
2	Влияние факторов окружающей среды на мышечную деятельность. Физиологические особенности основных видов спорта (соревновательная и тренировочная деятельность). Физиология спортивной тренировки. Физиология спортивных упражнений. Оптимизация спортивной деятельности	3	2	1	0
3	Занятия спортом и мышечной деятельностью особых категорий населения. Физиологические особенности детей, подростков, юношей и взрослых. Физическая активность как средство укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности. Физиологические особенности занятий на уроках по физической культуре.	3	2	1	0
4	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические основы развития тренированности и тестирование функциональной подготовленности спортсменов.	3	2	1	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1-2	1	Сущность физиологии физических упражнений и спорта. Современная физиология физических нагрузок и спорта. Адаптация к тренировочным	2

		нагрузкам. Мышечный контроль движения. Роль нервной системы в регуляции движений. Основные энергетические системы. Гормональная регуляция мышечной деятельности. Адаптация обмена веществ к физическим нагрузкам. Сердечно-сосудистая система при мышечной деятельности. Регуляция дыхания при выполнении физических упражнений. Адаптация сердечно-сосудистой системы к мышечной деятельности	
3-4	2	Терморегуляция и мышечная деятельность. Мышечная деятельность в условиях пониженного и повышенного атмосферного давления, а также относительной невесомости. Объем тренировочных нагрузок. Средства, способствующие повышенной работоспособности и мышечная деятельность. Питание и пищевая эргогеника. Оптимальная масса тела для занятий спортом	2
5-6	3	Ауксология молодого спортсмена. Процесс старения и пожилой спортсмен. Половые различия и женщина-спортсменка. Сердечно-сосудистые заболевания и физическая активность. Ожирение, диабет и физическая активность. Выбор физических упражнений для укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности. Физиологическое обоснование нормирования физических нагрузок для детей школьного возраста. Изменение функций организма школьников на уроке ФК. Физиолого-педагогический контроль за занятиями физической культурой и физиологические критерии восстановления организма школьников.	2
7-8	4	Роль эмоций при спортивной деятельности. Психофизиологические механизмы проявления эмоций. Предстартовые состояния. Разминка и вбрасывание. Устойчивое состояние при циклических упражнениях. Особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности. Физиологическая характеристика тренировки и состояния тренированности. Тестирование функциональной подготовленности спортсменов в покое, при стандартных и предельных нагрузках. Физиологическая характеристика перетренированности и перенапряжения.	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Введение в физиологию физических упражнений и спорта. Сущность физиологии физических упражнений и спорта. Современная физиология физических нагрузок и спорта. Адаптация к тренировочным нагрузкам. Влияние физических нагрузок на физическое развитие человека. Оценка показателей физического развития. Физиологическая сущность движения. Мышечный контроль движения. Роль нервной системы в регуляции движений. Биоэнергетика мышечной деятельности. Основные энергетические системы. Гормональная регуляция мышечной деятельности. Адаптация обмена веществ к физическим нагрузкам. Кардиореспираторная система и мышечная деятельность. Сердечно-сосудистая система при мышечной деятельности. Регуляция дыхания при выполнении физических упражнений. Адаптация сердечно-сосудистой системы к мышечной деятельности.	1
2	2	Влияние факторов окружающей среды на мышечную деятельность. Терморегуляция и мышечная деятельность. Мышечная деятельность в условиях пониженного и повышенного атмосферного давления, а также относительной невесомости. Оптимизация спортивной деятельности. Объем тренировочных нагрузок. Средства, способствующие повышенной работоспособности и мышечная деятельность. Питание и пищевая эргогеника. Оптимальная масса тела для занятий спортом. Предстартовое и	1

		стартовое состояния.	
3	3	Занятия спортом и мышечной деятельностью особых категорий населения. Ауксология молодого спортсмена. Процесс старения и пожилой спортсмен. Половые различия и женщина-спортсменка. Возрастные особенности основных функциональных систем организма. Возрастная кинезиология. Физическая активность как средство укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности. Сердечно-сосудистые заболевания и физическая активность. Ожирение, диабет и физическая активность. Выбор физических упражнений для укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности. Утомление и переутомление. Физиологическое обоснование нормирования физических нагрузок для детей школьного возраста. Влияние занятий ФК на физическое, функциональное развитие и состояние здоровья школьников. Физиолого-педагогический контроль за занятиями физической культурой.	1
4	4	Значение эмоций при спортивной деятельности. Психофизиологические механизмы проявления эмоций. Разминка и вработка. Виды устойчивого состояния, физиологические особенности устойчивого состояния при циклических упражнениях. Особые состояния при стандартных ациклических и статических упражнениях. Особые состояния при ситуационных упражнениях. Физиологические основы процесса тренировки и состояния тренированности. Особенности тестирования функциональной подготовленности спортсменов в покое, при стандартных и предельных нагрузках. Перетренированность и перенапряжение.	1

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к итоговому тестированию, экзамену	ПУМД и ЭУМД осн. лит-ра	7	27
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы	ПУМД осн. 1 стр. 42-165; 203-458; ЭУМД осн. 1 стр. 7-175; осн. 2 стр. 6-184; осн. 3 стр. 36-190	7	30
Выполнение исследовательских или практических заданий	ПУМД осн. 1 стр. 84-1785; 264-582; ЭУМД осн. 1 стр. 7-175; осн. 2 стр. 6-184; осн. 3 стр. 36-190. Поиск информации в интернете.	7	30,5

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се- местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учи- тыва- ется в ПА
1	7	Текущий контроль	тест НОК	1	10	Тест содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста -10 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 6 баллов. Количество попыток - 2. 9-10 баллов - оценка "отлично", 7-8 баллов - оценка "хорошо", 5 - 6 оценка "удовлетворительно", ниже 5 - оценка "неудовлетворительно".	экзамен
2	7	Текущий контроль	Задание1 Хар-ка упр.	1	10	9-10 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 7-8 баллов: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 5-6 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 3-4 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1-2 балла: работа содержит материал не по вопросу; работа выполнена с опозданием. 0 баллов: работа не выполнена.	экзамен
3	7	Текущий контроль	Защита презентации	2	5	5 баллов: выступающий свободно ориентируется в представляемом материале, без опоры на письменный текст; выступление соответствует теме, идеи сформулированы четко, изложены ясно, логично и полно,	экзамен

					выводы обоснованы, все необходимые данные (факты, статистика, эксперимент), на основании которых сделаны выводы, представлены, на вопросы преподавателя дается полный и развернутый ответ 4 балла: выступающий достаточно свободно ориентируется в представляемом материале, иногда обращаясь к письменному тексту; работа соответствует теме, идеи сформулированы четко, изложены ясно, логично и полно, выводы сделаны частично или не всегда обоснованы, необходимые данные (факты, статистика, эксперимент), на основании которых сделаны выводы, представлены не в полном объеме, на вопросы преподавателя дается понятный ответ. 3 балла: выступающий не вполне убедителен и уверен в представляемом материале, текст доклада читается; работа частично соответствует теме, идеи сформулированы не четко, есть недочеты в логике и полноте изложения, выводы обоснованы не убедительно, так как не все необходимые данные (факты, статистика, эксперимент), на основании которых сделаны выводы, представлены, на вопросы преподавателя даются краткие и несодержательные ответы. 2 балла: не соответствует теме, идеи сформулированы нечетко, нелогично и обрывочно, выводов нет, ответы на вопросы выступающий дать затрудняется. 1 балл: работа содержит материал не по вопросу; работа выполнена с опозданием. 0 баллов: работа не выполнена.	
4	7	Текущий контроль	Задание 2 Исследовательское.	1	5 5 баллов: студент предоставляет самостоятельно составленное творческое задание, дает развернутый комментарий, показывает глубокое знание материала, вносит обоснованные предложения, легко отвечает на поставленные вопросы 4 балла: студент предоставляет составленное творческое задание, дает комментарий, показывает знание материала, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. 3 балла: составленное творческое	экзамен

					задание не полностью соответствует требованиям, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный результат, в работе просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения, студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. 2 балла: составленное творческое задание не соответствует требованиям, в работе нет последовательности. При представлении своей работы студент затрудняется отвечать. 1 балл: работа содержит материал не по вопросу; работа выполнена с опозданием. 0 баллов: работа не выполнена.	
5	7	Текущий контроль	Устный опрос	2	5 баллов: студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. 4 балла: студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого. 3 балла: студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает	экзамен

						ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. 1 балл: задание выполнено формально. 0 баллов: работа не выполнена.	
6	7	Текущий контроль	Задание 3 Комплекс ОРУ	1	10	9-10 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 7-8 баллов: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 5-6 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 3-4 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1-2 балла: работа содержит материал не по вопросу; работа выполнена с опозданием. 0 баллов: работа не выполнена.	экзамен
7	7	Текущий контроль	Задание 4 Составление теста	2	20	19-20 баллов: тест состоит не менее 100% заданий, по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу. 17-18 баллов: тест состоит из определенного количества заданий, 20% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу. 12-16 баллов: тест состоит из меньшего количества заданий, 40% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по	экзамен

						образцу. 6-11 баллов: тест состоит их меньшего количества заданий, не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу. 1-5 баллов: работа содержит материал не по вопросу; работа выполнена с опозданием. 0 баллов: работа не выполнена.	
8	7	Текущий контроль	Устный опрос-словарь терминов	2	10	9-10 баллов: содержание словаря терминов раскрыты максимально полно и детально (не менее 100%) 7-8 баллов: содержание словаря терминов раскрыты, но присутствуют избыточные, либо не совсем соответствующие теме (не менее 80%). 5-6 баллов: содержание словаря терминов не раскрыты, не приведены ключевые слова (менее 50%). 0-4 балла: содержание словаря терминов не соответствует заданной профессиональной тематике, количество ключевых слов в ограниченном количестве (менее 20%).	экзамен
9	7	Текущий контроль	Итоговое тестирование	3	30	Отлично: 28 - 30 баллов; Хорошо: 23 - 27 баллов; Удовлетворительно: 18 - 22 балла; Неудовлетворительно: до 18 баллов.	экзамен
10	7	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	5	Отлично: заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала; Хорошо: заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, демонстрирует систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности. Удовлетворительно: выставляется студентам, допустившим погрешности не принципиального характера в ответе Неудовлетворительно: выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на экзамене (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Преподаватель проводит мероприятие промежуточной аттестации в форме зачета, ответы на два вопроса теоретического плана, третий практический. В аудитории, где проводится экзамен, должно одновременно присутствовать не более 6 – 8 студентов. Каждому студенту даются вопросы и студент готовится в течение 20-30 минут. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Тема считается освоенной, если студент смог ответить на 65% вопросов, заданных по этой теме.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
УК-1	Знает: понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; основные технологии поиска и сбора информации; способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов.	+	+	+	+		+	+	+	+	+
УК-1	Умеет: работать с информацией, представленной в различной форме; обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; обосновывать решение задач физиологии физического воспитания и спорта с позиций системного подхода; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-1	Имеет практический опыт: работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам физиологии физического воспитания и спорта.	+		+				+	+	+	+
ПК-1	Знает: технологию осуществления поиска и систематизации научной информации; основные закономерности физиологических процессов, протекающих в организме человека при различных физических нагрузках.			+							+
ПК-1	Умеет: анализировать информационные ресурсы по исследованиям в сфере ФКиС, отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок.			+			+				+
ПК-1	Имеет практический опыт: методом критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития ФКиС и						+				+

	литературы	ресурса в электронной форме	
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Сапего, А.В. Физиология спорта: учебное пособие. [Электронный ресурс] / А.В. Сапего. - Электрон. дан. — Кемерово, 2011. – 187 с. https://e.lanbook.com/book/30172
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Пожарова, Г.В. Современные проблемы физиологии физического воспитания и спорта: учебное пособие. [Электронный ресурс] / Г.В. Пожарова. - Электрон. дан. — Саранск, 2015. – 201 с. https://e.lanbook.com/book/74477
3	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Михайлова, Е. А. Физиология спорта : учебное пособие / Е. А. Михайлова. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2015. — 117 с. https://e.lanbook.com/book/151113

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Экзамен	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет
Практические занятия и семинары	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.