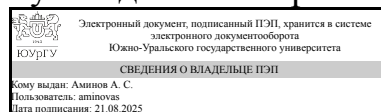


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.32 Методы функционального мониторинга в физической культуре и спорте

для направления 49.03.01 Физическая культура

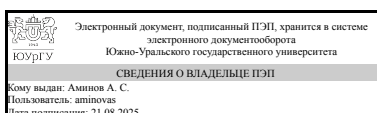
уровень Бакалавриат

форма обучения заочная

кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

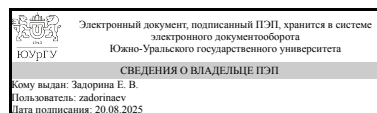
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

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



А. С. Аминов

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



Е. В. Задорина

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: сформировать у студента теоретические и методические навыки, позволяющие студенту 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: 1 Изучить методики, позволяющими оценить влияние физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста 2 Изучить методы самоконтроля в спорте, методики оценки результата спортивной деятельности, технологии поддержания спортивной формы 3 Изучить технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию

Краткое содержание дисциплины

Задачи курса. Характеристика дисциплины. Организация функционального мониторинга в спорте. История спортивной физиологии. Механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам. Фазовость процессов адаптации. Виды тренировочных эффектов. Значение оценки функционального состояния при занятиях физической культурой и спортом. Оценка адаптации организма к физическим нагрузкам по состоянию сердечно-сосудистой системы спортсмена. Подсчет частоты сердечных сокращений. Эргометрия. Оценка физической работоспособности. Требования к тестирующим нагрузкам. Общие требования к проведению функциональных проб. Классификация функциональных проб. Виды входных воздействий, используемых в спортивно-медицинском тестировании. Пробы с повторными нагрузками. Пробы с повторными специфическими нагрузками. Подсчет частоты сердечных сокращений. Измерение давления. Нормы давления для занимающихся различного пола и возраста. Пульсовое давление. Ортостатическая проба. Брадикардия и тахикардия сердечного ритма. Влияние занятий спортом на состояние сердечно-сосудистой системы. Метод вариационной пульсометрии. Проба Руфье, Руфье-Диксона, Тест Купера, Гарвардский степ-тест, Проба PWC-170. Определение максимального потребления кислорода. Определение МПК по методу Астранда. Определение МПК по степ-тесту. Определение МПК по величине PWC170. Методы самоконтроля за дыхательной системой спортсмена. Классификация факторов, влияющих на здоровье спортсмена. Влияние курения и алкоголя на работоспособность спортсмена. Утомление и способы борьбы с ним. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсмена. Применение анаболических стероидов и стимуляторов. Физическая работоспособность и менструальный цикл. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсмена. Изменение психологических показателей спортсмена в период ответственных соревнований. Предстартовые состояния. Бланковые и инструментальные методики, применяемые при контроле психологического состояния спортсмена.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения	Планируемые результаты
---------------------------------	------------------------

ОП ВО (компетенции)	обучения по дисциплине
ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает: методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; эффективные способы мониторинга функционального состояния спортсменов в тренировочном процессе Умеет: интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.) Имеет практический опыт: проведения антропометрических измерений; контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности возраста и пола

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.17 Теория и методика физической культуры, 1.О.23 Биохимия человека, 1.О.11 Анатомия человека, 1.О.12 Физиология человека, 1.О.22 Биомеханика двигательной деятельности, 1.О.15 Психология физической культуры	Не предусмотрены

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

Дисциплина	Требования
1.О.17 Теория и методика физической культуры	Знает: методики контроля и оценки техникой,

	тактической и физической подготовленности в ИВС; особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС, положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся, актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности, принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС Умеет: использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС, планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта, определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; подбирать и использовать методы исследования в ИВС, анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности Имеет практический опыт: проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС, анализа и оценки эффективности учебно-тренировочного процесса в ИВС; интерпретации результатов собственных исследований в ИВС, разработки методического обеспечения тренировочного процесса
1.О.15 Психология физической культуры	Знает: психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации, эффективные способы обеспечения

	психологической поддержки спортсменов на основании индивидуального подхода, решения психологических проблем тренера и поддержки мотивации в спорте, принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования Умеет: учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; поддерживать высокий уровень спортивной мотивации, подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена Имеет практический опыт: выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития; формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов, применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта
1.О.11 Анатомия человека	Знает: методики антропометрии и соматотипирования; основы учения о конституции и пропорциях тела человека , основные термины, применяемые в анатомии; строение, топографию и функции органов и функциональных систем организма человека; основы возрастной морфологии, возрастную периодизацию, закономерности физического развития человека; основы динамической морфологии Умеет: определять тип телосложения путем расчета индексов, состояние опорно-двигательного аппарата, демонстрировать движения в подвижных соединениях звеньев тела, определяя оси вращения в суставах и локализацию мышц, производящих данные движения; проецировать основные костные образования, крупные мышцы и внутренние органы на поверхность тела человека; производить анатомический анализ положений и движений тела; применять (учитывать) результаты анатомического исследования при планировании содержания занятий Имеет практический опыт: способами определения типа телосложения, компонентов массы тела, состояние опорно-двигательного аппарата, основными анатомическими

	терминами (основные ориентиры, плоскости тела, оси вращения); анатомическим анализом положений и движений тела, используемых в практике физической культуры; опытом планирования учебных занятий, опираясь на анатомо-морфологические особенности занимающихся различного пола и возраста
1.О.22 Биомеханика двигательной деятельности	Знает: биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; биомеханику статических положений и различных видов движений человека; биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств, механические характеристики тела человека и его движений Умеет: оценивать эффективность статических положений и движений человека; применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью, оценивать эффективность статических положений и движений человека Имеет практический опыт: биомеханического анализа статических положений и движений человека, применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека
1.О.23 Биохимия человека	Знает: химический состав организма человека; возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления, влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека Умеет: выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности, с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи Имеет практический опыт: анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе
1.О.12 Физиология человека	Знает: физиологические функции основных и механизмы регуляции органов и систем человека

	в возрастном и гендерном аспектах, методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола Умеет: использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма Имеет практический опыт: применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 18,25 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		8
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	12	12
Лекции (Л)	6	6
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	6	6
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	89,75	89,75
Подготовка к зачету	27	27
подготовка к практическим занятиям	8,75	8.75
подготовка доклада и презентации	10	10
Изучение тем и проблем, не выносимых на лекции и практические занятия	44	44
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Содержание и методы функционального мониторинга в спорте	2	1	1	0
2	Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов. Антропометрические методы исследования.	4	2	2	0
3	Диагностика эффективности тренировочного процесса.	2	1	1	0
4	Факторы, влияющие на работоспособность и здоровье спортсменов	2	1	1	0
5	Контроль за психологическим состоянием спортсмена	2	1	1	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Задачи курса. Характеристика дисциплины. Организация функционального мониторинга в спорте. История спортивной физиологии.	1
2	2	Общие требования к проведению функциональных проб. Классификация функциональных проб. Виды входных воздействий, используемых в спортивно-медицинском тестировании. Подсчет частоты сердечных сокращений. Измерение давления. Нормы давления для занимающихся различного пола и возраста. Пульсовое давление. Ортостатическая проба. Клиноостатическая проба. Брадикардия и тахикардия сердечного ритма. Влияние занятий спортом на состояние сердечно-сосудистой системы. Метод вариационной пульсометрии. Пробы с повторными нагрузками. Пробы с повторными специфическими нагрузками.	2
3	3	Принципы тестирования в спорте. Классификация тестов. Требования, предъявляемые к тестам. Требования к тестирующим нагрузкам. Общие требования к проведению функциональных проб. Классификация функциональных проб. Виды входных воздействий, используемых в спортивно-медицинском тестировании. Пробы с повторными нагрузками. Пробы с повторными специфическими нагрузками.	1
4	4	Классификация факторов, влияющих на здоровье спортсмена. Влияние курения и алкоголя на работоспособность спортсмена. Утомление и способы борьбы с ним. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсмена.	1
5	5	Изменение психологических показателей спортсмена в период ответственных соревнований. Предстартовые состояния. Бланковые и инструментальные методики, применяемые при контроле психологического состояния спортсмена.	1

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Определение частоты сердечных сокращений. Пальпаторный способ подсчета частоты сердечных сокращений. Анализ восстановительного периода после выполнения физической нагрузки. Методика проведения пробы "20 приседаний". Методика проведения клиноостатической и ортостатической проб.	1
2	2	Определение артериального давления. Методика исследования артериального давления слуховым методом Короткова. Пульсовое давление. Методика для определения норм систолического и диастолического давления для различного возраста. Динамика показателей артериального давления при стандартной физической нагрузке.	1
3	2	Функциональные пробы, их классификация. Функциональные пробы для оценки состояния нервной системы и нервно-мышечного аппарата. Проба Ромберга (простая и усложненные). Проба Яроцкого. Проба Воячека. Проба Миньковского. Проба Ашнера. Теппинг – тест. Функциональные пробы для оценки внешнего дыхания.	1
4	3	Классификация тестов, используемых для оценки эффективности тренировочного процесса. Тесты для оценки уровня развития физических качеств.	1
5	4	Физиологические основы процесса утомления. Виды утомления. Способы борьбы с ним. Влияние внешних и внутренних факторов на	1

		работоспособность спортсмена. Физиологические и психологические признаки снижения работоспособности у спортсмена. Фармакологические методы восстановления работоспособности. Планирование тренировочного процесса при сниженной работоспособности и утомлении. Профилактика утомления и переутомления. Питание как средство восстановления в спорте.	
6	5	Исследование времени реакции. Исследование частоты движений. Исследование внимания. Исследование памяти. Исследование мышления.	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 зачету	ПУМД, осн. лит. 1, с. 93-104; ЭУМД, доп. лит. 3, с. 23-56, 78-90, 123-345	8	27
подготовка к практическим занятиям	ПУМД, осн. лит. 1, с. 15-45, 34-56, 78-89, 78; ПУМД, осн. лит. 2, с. 45-89, 91-115,	8	8,75
подготовка доклада и презентации	ПУМД, осн. лит. 1, с. 110-237; ЭУМД, доп. лит. 3, с. 400-467	8	10
Изучение тем и проблем, не выносимых на лекции и практические занятия	ЭУМД, осн. лит. 1, с.24-67, 78-110	8	44

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	Учитывается в ПА
1	8	Текущий контроль	Тест 1. Функциональные пробы	10	10	тест содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 5 баллов. Количество попыток -2. 9-10 баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 7-8 баллов - оценка "хорошо" 5 - 6 оценка "удовлетворительно" ниже 5 - оценка	зачет

						"неудовлетворительно".	
2	8	Текущий контроль	Тест 2. Сердечно-сосудистая система	10	10	тест содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 5 баллов. Количество попыток -2. 9-10 баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 7-8 баллов - оценка "хорошо" 5 - 6 оценка "удовлетворительно" ниже 5- оценка "неудовлетворительно".	зачет
3	8	Текущий контроль	Тест 3. Классификация функциональных проб	10	10	Тест содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 5 баллов. Количество попыток -2. 9-10 баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 7-8 баллов - оценка "хорошо" 5 - 6 оценка "удовлетворительно" ниже 5 - оценка "неудовлетворительно".	зачет
4	8	Текущий контроль	Тест 4. Физическая активность человека	10	5	Тест содержит 5 вопросов. Максимальная оценка - 5 баллов. Время выполнения теста - 10 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 3 баллов. Количество попыток -2. 5- баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 4 - балла - оценка "хорошо" 3 - оценка "удовлетворительно" ниже 3 - оценка "неудовлетворительно".	зачет
5	8	Текущий контроль	Задание 1. Презентация и доклад по психодиагностике в спорте	10	5	В ЗАДАНИИ НЕОБХОДИМО ВЫБРАТЬ ТЕМУ, ИЗ ПРЕДЛОЖЕННЫХ, ПОДГОТОВИТЬ ПРЕЗЕНТАЦИЮ И ДОКЛАД ПО ТЕМЕ 5- задание выполнено во время, презентация и доклад структурированы, тема полностью раскрыта, студент ответил на дополнительные вопросы, приведены примеры практического использования, сделан вывод по теме, студент владеет терминологией, демонстрирует понимание материала 4 -задание выполнено в установленные сроки, тема полностью раскрыта, студент ответил на дополнительные вопросы, студент владеет терминологией, по работе не сделан	зачет

					вывод, студент демонстрирует частичное понимание материала, студент владеет терминологией 3 - задание выполнено, тема раскрыта не полностью, студент затрудняется ответить на дополнительные вопросы, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 - задание выполнено, тема не раскрыта, студент не владеет терминологией 1- задание выполнено с грубыми ошибками, тема не раскрыта, студент полностью не владеет терминологией, 0- задание не выполнено	
6	8	Текущий контроль	Задание 2. Антропометрические измерения	10	5 В данном задании студенту предлагается составить тест из 10 вопросов на тему : "Антропометрические измерения". 5 - задание сдано во время, тест составлен грамотно, соответствует всем требованиям, прописанным в задании, демонстрирует полное понимание материала , в тест включены все разделы, прописанные в задании. 4 - задание сдано вовремя, тест составлен грамотно, присутствуют все темы, тест соответствует всем требованиям, прописанным в задании, имеются 1-2 ошибки в правильных ответах, студент демонстрирует полное понимание материала, имеются небольшие сложности с терминологией 3 - задание сдано, в тесте присутствуют не все темы, предложенные в задании, или имеется более 2-х ошибок в правильных ответах, студент демонстрирует частичное понимание материала, присутствуют сложности с терминологией 2- задание сдано, в тесте присутствуют не все темы, предложенные в задании, имеется более 5 ошибок в правильных ответах , студент демонстрирует частичное понимание материала, присутствуют сложности с терминологией 1- задание выполнено с грубыми ошибками, студент демонстрирует не понимание материала, не владеет терминологией,	зачет

						0 - Задание не выполнено	
7	8	Текущий контроль	Задание 3. Комплексный контроль избранного вида спорта	10	5	В данном задании необходимо описать процедуру комплексного контроля в определенном виде спорта. 5 - Задание выполнено в срок, полностью соответствует всем требованиям к данному заданию, раскрыты все вопросы, сделан вывод по итогам выполнения задания. В ответе раскрыто содержание контроля за физической, технической, тактической, психической подготовленностью, контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками. Описан текущий, оперативный и этапный контроль. Раскрыто содержание контроля внешних условий. Студент владеет терминологией и формулировками, демонстрирует полное понимание материала. 4 - Задание выполнено в срок, полностью соответствует всем требованиям к данному заданию, вывод сделан; некоторые вопросы остались не раскрыты или раскрыты частично, студент демонстрирует частичное понимание материала, не ошибается в терминологии и формулировках 3- Задание выполнено, вывод не сделан, некоторые вопросы не раскрыты, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2- Задание выполнено с грубыми фактическими ошибками, вывод отсутствует, большинство вопросов осталось нераскрыто, студент не владеет формулировками и терминологией 1 - Задание выполнено не правильно, с грубыми фактическими ошибками, вывод отсутствует, большинство вопросов осталось нераскрыто, студент не владеет формулировками и терминологией, демонстрирует непонимание материала 0 - Задание не выполнено	зачет
8	8	Текущий контроль	Тест 5. Питание	10	10	тест содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным. если студент набрал не менее 5 баллов. Количество попыток -2.	зачет

						9-10 баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 7-8 баллов - оценка "хорошо" 5 - 6 оценка "удовлетворительно" ниже 5 - оценка "неудовлетворительно".	
9	8	Текущий контроль	Тест 6. Диагностика эффективности тренировочного процесса	10	10	тест содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным. если студент набрал не менее 5 баллов. Количество попыток -2. 8-10 баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 7-6 баллов - оценка "хорошо" 5 - оценка "удовлетворительно" ниже 5 - оценка "неудовлетворительно".	зачет
10	8	Промежуточная аттестация	Тест для зачета	-	10	Зачет является обязательным для всех студентов, проводится в виде теста. Тест содержит 20 вопросов. Время выполнения - 40 минут. Количество попыток 2. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным. если студент набрал не менее 5 баллов. Количество попыток -2. 9-10 баллов - оценка "отлично", задание сдано во время; 7-8 баллов - оценка "хорошо"; 5 - 6 оценка "удовлетворительно"; ниже 5 - оценка "неудовлетворительно".	зачет
11	8	Текущий контроль	Тест 7. спортивная психология	10	5	Тест содержит 5 вопросов. Максимальная оценка - 5 баллов. Время выполнения теста - 10 минут. Тест считается пройденным. если студент набрал не менее 3 баллов. Количество попыток -2. 5- баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 4 - балла - оценка "хорошо" 3 - оценка "удовлетворительно" ниже 3 - оценка "неудовлетворительно".	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	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 зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Зачет является обязательным для всех студентов, проводится в виде	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	теста. Тест содержит 20 вопросов. Время выполнения - 40 минут. Количество попыток 2. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 5 баллов. Количество попыток -2. 9-10 баллов - оценка "отлично", задание сдано во время 7-8 баллов - оценка "хорошо" 5 - 6 оценка "удовлетворительно" ниже 5 - оценка "неудовлетворительно". Студент получает оценку зачтено, если его итоговой рейтинг составит не менее 60%	
--	--	--

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ОПК-9	Знает: методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; эффективные способы мониторинга функционального состояния спортсменов в тренировочном процессе	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОПК-9	Умеет: интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.)	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОПК-9	Имеет практический опыт: проведения антропометрических измерений; контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности возраста и пола	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Спортивная медицина : учеб. пособие для мед. вузов / А. В. Епифанов и др.; под ред. А. В. Епифанова, В. А. Епифанова. - 2-е изд., доп.. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 534 с. : ил.

б) дополнительная литература:

1. Макарова Г. А. Спортивная медицина : учеб. для вузов по направлению 521900 "Физ. культура" и специальности 022300 "Физ. культура и спорт" / Г. А. Макарова. - 2-е изд., стер.. - М. : Советский спорт, 2006. - 478 с. : ил.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Физкультура и спорт ,ил. журн.: 12+ ,Ред. журн. Выходные данные М. ,2007-
2. Человек. Спорт. Медицина / Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ. - Челябинск : Издательство ЮУрГУ, 2016-. -. URL: <http://hsm.susu.ru>
3. Реферативный журнал. Биология. 04. Раздел 04М. Физиология, морфология и цитология человека и животных : свод. том / Рос. акад. наук, Всерос. ин-т науч. и техн. информ. (ВИНИТИ). - М. : ВИНТИ, 2010-. -

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Методическое пособие по дисциплине

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Методическое пособие по дисциплине

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Сентябрев, Н. Н. Физиология человека : учебник / Н. Н. Сентябрев, А. Г. Камчатников, И. Н. Солопов. — Волгоград : ВГАФК, 2024. — 298 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/464435 (дата обращения: 19.08.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей
2	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Щуров, А. Г. Спортивная медицина : учебно-методическое пособие / А. Г. Щуров, Е. А. Гаврилова, О. А. Чурганов. — Санкт-Петербург : СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2024. — 100 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/413552 (дата обращения: 19.08.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей
3	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Белова, Л. В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. В. Белова. — Ставрополь : СКФУ, 2016. — 149 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/155305 (дата обращения: 19.08.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/163498 (дата обращения: 19.08.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(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
Практические занятия и семинары	203 (6)	стандартное оборудование
Лекции	103 (6)	стандартное оборудование