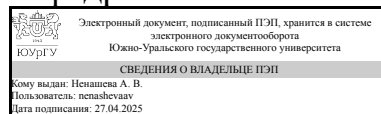


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



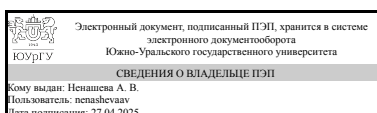
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.04.07 Физиология физического воспитания и спорта
для направления 44.03.01 Педагогическое образование
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Физкультурное образование
форма обучения очная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

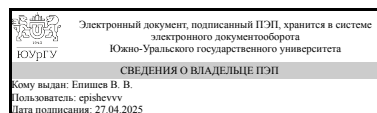
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

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: соотносить теоретические знания с содержанием практики спортивно-оздоровительных технологий; оценивать эффективность занятий физической культурой. 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
Теория и методика физической культуры, Цифровые технологии,	Методы количественного и качественного анализа данных,

Биомеханика двигательной деятельности, Адаптивная физическая культура и спорт, Обучение лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями	Возрастные особенности физического воспитания, Производственная практика (преддипломная) (8 семестр)
---	---

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

Дисциплина	Требования
Адаптивная физическая культура и спорт	Знает: основы адаптивной физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности., современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья., социальную значимость адаптивной физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности, цель и задачи адаптивной физической культуры., технику безопасности при проведении занятий по адаптивной физической культуре. Умеет: осознано выбирать и формировать комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма., использовать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе по адаптивной физической культуре., осуществлять коррекцию физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры и спорта., использовать средства и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, вести работу по предупреждению травматизма в адаптивной физической культуре. Имеет практический опыт: навыков поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдения норм здорового образа жизни., использования средств адаптивной физической культуры в регулировании работоспособности и здоровьесбережения обучающихся, имеющих ограничения в состоянии здоровья., проведения профилактической, оздоровительной и производственной гимнастики., применения рациональных приемов двигательных функций в адаптивной физической культуре.
Обучение лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями	Знает: теоретические основы постановки и решения исследовательских задач в предметной области (в соответствии с профилем и уровнем

обучения)., специальные методики, основные отечественные и зарубежные подходы, методы и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. , современные методы и технологии обучения, виды и способы контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся; специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися. , педагогические закономерности организации образовательного процесса; основы методики преподавания физической культуры в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. , психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; законы развития личности и законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические основы учебной деятельности с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; современные технологии обучения и воспитания, используемые на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности. Умеет: использовать теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) и в области образования., выбирает способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей., анализировать проведенные занятия по базовым видам спорта; применять элементы современных педагогических технологий на практике; осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении; применять инструментальный, методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития обучающихся; проводить педагогическую диагностику неуспеваемости обучающихся. , осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных и индивидуальных особенностей; организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных

	государственных образовательных стандартов. , владеть технологиями диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения - применять психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; использовать знания об особенностях гендерного развития обучающихся для планирования учебно-воспитательной работы. Имеет практический опыт: владения навыками разработки различных форм учебных занятий, применяет методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные., способами оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей., проведения педагогического контроля эффективности занятия по физической культуре; владения современными методиками и технологиями, в том числе и информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса., владения методами организации совместной и индивидуальную деятельности детей с разными типами нарушенного развития в соответствии с их возрастными, сенсорными и интеллектуальными способностями; организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера., участвовать в разработке индивидуальных образовательных маршрутов, с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; действиями учета особенностей гендерного развития обучающихся в проведении индивидуальных воспитательных мероприятий; действиями использования образовательных технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Цифровые технологии	Знает: основные понятия цифровых технологий; общую характеристику процессов сбора,

	передачи, обработки и накопления информации; методы поиска информации и этапы анализа и синтеза, знать принципы работы современных информационных технологий., текстовые процессоры, электронные таблицы Умеет: уметь использовать современные информационные технологии для решения задач профессиональной деятельности., работать в текстовых процессорах, проводить расчеты в электронных таблицах Имеет практический опыт: владения пользовательскими функциями операционной системы; осуществления поиска, критического анализа и синтеза информации, применять системный подход для решения поставленных задач, владения навыками использования современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности, работы в текстовых процессорах, проведение расчетов в электронных таблицах.
Биомеханика двигательной деятельности	Знает: принципы проектирования, передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности., предмет, историю и специфическую проблематику биомеханики; терминологию биомеханики; понятие о моделях и моделировании в биомеханике; основы биомеханического контроля, технические средства и методики измерений., 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. , основные теоретические аспекты, задачи и методы биомеханики двигательной деятельности, основы биомеханического контроля. Умеет: реализовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность в области биомеханики двигательной деятельности., 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., планировать, организовывать, контролировать и координировать свою деятельность в ходе решения задач в области биомеханики

	двигательной деятельности, обобщать и анализировать полученные результаты., осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач по биомеханике двигательной деятельности. Имеет практический опыт: владения современными передовыми проектными технологиями, выполнения индивидуальной и групповой учебно-проектной деятельности., 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., решения расчетно-графических работ, владения методами математической обработки полученных данных, анализа полученных результатов с точки зрения биомеханических процессов., решения практических задач в области биомеханики двигательной деятельности.
Теория и методика физической культуры	Знает: особенности планирования, организации и контроля образовательной и развивающей деятельности в физическом воспитании и спортивной тренировке., общие положения и понятия дисциплины, основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели., исторические и социокультурные особенности формирования систем физической культуры в мировом пространстве и на территории России, основные философские методологические подходы к формированию теоретических и методических основ физической культуры с учетом религиозных учений и этических норм, принятых в тех или иных социальных стратах., семантику базовых понятий теории физической культуры, может на основе системного и критического мышления аргументированно формировать собственную интерпретацию решения методических задач в процессе физического воспитания и спортивной тренировки, готов к оценке результатов педагогических процессов в сфере физической культуры., основополагающие принципы проектирования, особенности проектных технологий в физическом воспитании и спортивной тренировке., 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 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. Умеет: спланировать, осуществить и оценить эффективность деятельности субъектов образовательного процесса в различных педагогических условиях в физическом воспитании и спортивной тренировке., 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., эффективно использовать исторический потенциал традиционных форм, средств и методов физического воспитания и спорта различных этно-культурных слоев общества., выявить факторы, позволяющие решить педагогические задачи в физическом воспитании и спортивной тренировке, подобрать необходимые средства, методы и условия, на них воздействующие, и определить степень результативности применения выбранных средств и методов в практической педагогической деятельности в сфере физической культуры., спланировать, замотивировать занимающихся и реализовать индивидуальную или совместную учебно-проектную деятельность в физическом воспитании и спортивной тренировке., применить на практике меры профилактики травматизма, грамотно дозировать параметры физической нагрузки, внедрить в практическую работу здоровьесформирующие педагогические технологии; оказать первую доврачебную помощь., осуществлять выбор образовательных стратегий в соответствии с требованиями ФГОС ОО, конкретными задачами и особенностями состояния занимающихся, осуществлять рефлекссию эффективности применяемых средств и методов. Имеет практический опыт: управления коллективом учащихся, формирования у них учебно-познавательной мотивации к физической активности в рамках урочной и внеурочной деятельности., владения методами самоконтроля и анализа своего физического состояния, технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., конструктивно взаимодействовать

	с занимающимися и коллегами с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции; сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера., анализа и синтеза информации из различных сфер знания в направлении повышения эффективности частных процессов физического воспитания и спортивной тренировки., использования передовых педагогических и информационных технологий в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в физическом воспитании и спортивной тренировке., оказания первой доврачебной помощи при травмах, реализации здоровьесформирующих педагогических технологий и оценки их эффективности., осуществления планирования, организации и контроля эффективности различных форм занятий в рамках физического воспитания и спортивной тренировки.
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 56,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		6
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	48	48
Лекции (Л)	32	32
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	51,5	51,5
Подготовка к итоговому тестированию, экзамену	24	24
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы	11	11
Выполнение исследовательских или практических заданий	16,5	16.5
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен

5. Содержание дисциплины

№	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных
---	----------------------------------	------------------

раздела		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	6	4	2	0
2	Физиология мышечной деятельности. Биоэнергетика мышечной деятельности. Кардиореспираторная система и мышечная деятельность	6	4	2	0
3	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	6	4	2	0
4	Занятия спортом и мышечной деятельностью особых категорий населения Физиологические особенности детей, подростков, юношей и взрослых	6	4	2	0
5	Физическая активность как средство укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности	6	4	2	0
6	Физиологические особенности занятий на уроках по физической культуре	6	4	2	0
7	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	6	4	2	0
8	Физиологические основы развития тренированности и тестирование функциональной подготовленности спортсменов.	6	4	2	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1-4	1	Сущность физиологии физических упражнений и спорта. Современная физиология физических нагрузок и спорта. Адаптация к тренировочным нагрузкам. Мышечный контроль движения. Роль нервной системы в регуляции движений. Нервно-мышечная адаптация к силовой подготовке.	4
5-8	2	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.	4
9-12	3	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	4
13-16	4	Ауксология молодого спортсмена. Процесс старения и пожилой спортсмен. Половые различия и женщина-спортсменка	4
17-20	5	Сердечно-сосудистые заболевания и физическая активность. Ожирение, диабет и физическая активность. Выбор физических упражнений для укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности.	4
21-24	6	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.	4

25-28	7	Роль эмоций при спортивной деятельности. Психофизиологические механизмы проявления эмоций. Предстартовые состояния. Разминка и встраивание. Устойчивое состояние при циклических упражнениях. Особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности	4
29-32	8	Физиологическая характеристика тренировки и состояния тренированности. Тестирование функциональной подготовленности спортсменов в покое, при стандартных и предельных нагрузках. Физиологическая характеристика перетренированности и перенапряжения.	4

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1-2	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. Нервно-мышечная адаптация к силовой подготовке. Регуляция напряжения мышц.	2
3-4	2	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.	2
5-6	3	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 эргономика. Оптимальная масса тела для занятий спортом. Предстартовое и стартовое состояния.	2
7-8	4	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.	2
9-10	5	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.	2
11-12	6	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.	2
13-14	7	Значение эмоций при спортивной деятельности. Психофизиологические механизмы проявления эмоций. Разминка и встраивание. Виды устойчивого состояния, физиологические особенности устойчивого состояния при циклических упражнениях. Особые состояния при	2

		стандартных ациклических и статических упражнениях. Особые состояния при ситуационных упражнениях.	
15-16	8	Физиологические основы процесса тренировки и состояния тренированности. Особенности тестирования функциональной подготовленности спортсменов в покое, при стандартных и предельных нагрузках. Перетренированность и перенапряжение.	2

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	6	24
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы	ПУМД и ЭУМД осн. лит-ра. Поиск информации в интернете.	6	11
Выполнение исследовательских или практических заданий	ЭУМД осн. лит-ра. Поиск информации в интернете.	6	16,5

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	Учитывается в ПА
1	6	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	6	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	экзамен

					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 балл: задание выполнено формально. 0 баллов: работа не выполнена.	
3	6	Текущий контроль	Защита презентации	2	5 баллов: выступающий свободно ориентируется в представляемом материале, без опоры на письменный текст; выступление соответствует теме, идеи сформулированы четко, изложены ясно, логично и полно, 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	экзамен

					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: задание выполнено формально. 0 баллов: работа не выполнена.	
4	6	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 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: задание выполнено формально. 0 баллов: работа не выполнена.	экзамен
5	6	Текущий	Устный опрос	2	5 5 баллов: студент полно излагает	экзамен

		контроль			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 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	6	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	экзамен

						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 балл: задание выполнено формально. 0 баллов: работа не выполнена.	
7	6	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 образцу. 0-11 баллов: тест состоит из меньшего количества заданий, не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу.	экзамен
8	6	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	6	Текущий контроль	Итоговое тестирование	3	30	Отлично: 28 - 30 баллов; Хорошо: 23 - 27 баллов;	экзамен

						Удовлетворительно: 18 - 22 балла; Неудовлетворительно: до 18 баллов.	
10	6	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 непринципиального 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 зачете (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 эффективности физкультурно-спортивной деятельности.		+	+							
ПК-5	Знает: основы физиологии физического воспитания, кардиопульмональную систему, статокINETическую устойчивости и опорно-двигательного аппарата при внешних воздействиях.	+	+		+	+	+	+			+
ПК-5	Умеет: оценивать эффективность занятий физической культурой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения.		+			+	+				+
ПК-5	Имеет практический опыт: владения навыками самостоятельной организации исследований, в том числе обучения других методикам проведения исследований в сфере ФКиС.		+		+	+					+
ПК-8	Знает: технологию осуществления поиска и систематизации научной информации.			+							
ПК-8	Умеет: соотносить теоретические знания с содержанием практики спортивно-оздоровительных технологий; оценивать эффективность занятий физической культурой.			+							
ПК-8	Имеет практический опыт: владения навыками самостоятельной организации исследований, в том числе обучения других методикам проведения исследований в сфере ФКиС.			+							
ПК-9	Знает: методы физиологического тестирования изменений в процессе образовательной деятельности.	+	+			+	+	+			+
ПК-9	Умеет: оценивать динамику физиологических процессов при образовательной деятельности.		+		+		+				+
ПК-9	Имеет практический опыт: владения методиками контроля и координации за физиологическими функциями при осуществлении		+		+	+	+				+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

- Смирнов, В. М. Физиология физического воспитания и спорта Учеб. для сред. и высш. учеб. заведений по физ. культуре В. М. Смирнов, В. И. Дубровский. - М.: ВЛАДОС-пресс, 2002. - 604,[1] с. ил.

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

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

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

- Конспекты лекций

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

- Конспекты лекций

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	ЭБС 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	ЭБС 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/163549
3	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Михайлова, Е. А. Физиология спорта : учебное пособие / Е. А. Михайлова. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2015. — 117 с. https://e.lanbook.com/book/151113
4	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Физиология физического воспитания и спорта : учебное пособие / И. Х. Вахитов, Р. Х. Равилов, Ч. А. Харисова [и др.]. — Казань : КГАВМ им. Баумана, 2023. — 80 с. https://e.lanbook.com/book/330548

Перечень используемого программного обеспечения:

- Microsoft-Windows(бессрочно)
- Microsoft-Office(бессрочно)
- ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)
- ABBY-FineReader 8(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	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Экзамен	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.
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет