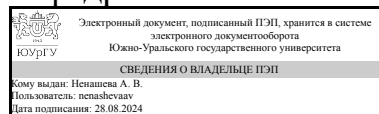


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



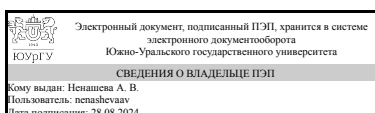
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.М1.13.01 Медико-биологические основы современных технологий подготовки спортсменов: проектное обучение
для направления 44.04.01 Педагогическое образование
уровень Магистратура
магистерская программа Современные технологии в педагогике образовательного процесса физической культуры и спорта
форма обучения очная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

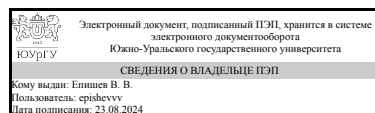
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 126

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



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



В. В. Епишев

1. Цели и задачи дисциплины

Дисциплина "Медико-биологические основы современных технологий подготовки спортсменов" направлена на формирование у студентов представления о медико-биологических технологиях диагностики, коррекции физического состояния спортсменов в процессе тренировочной деятельности, профилактики травматизма и проведения реабилитационной и оздоровительной работы. Задачи дисциплины: изучить медико-биологические механизмы адаптации организма в процессе физических нагрузок; средства оптимизации и восстановления физической работоспособности при мышечной деятельности; основы врачебно-педагогического контроля при физических нагрузках.

Краткое содержание дисциплины

Дисциплина включает в себя следующие разделы: Основы адаптации организма человека к физической нагрузке. Биологические основы физической культуры и спорта. Медико-биологические подходы к повышению работоспособности при мышечной деятельности. Средства оптимизации восстановительных процессов после физической нагрузки. Основы врачебно-педагогического контроля и питания при мышечной деятельности.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	Знает: Современные технологии подготовки спортсменов на разных этапах жизненного периода. Умеет: определять круг задач и проблему в рамках избранных видов деятельности.
ПК-3 Способен разрабатывать и осуществлять методическую поддержку образовательного процесса и реализации технологий обучения в системе физического воспитания	Знает: конкретные способы и методы педагогического и медико-биологического контроля занимающихся физической культурой и спортом. Умеет: с помощью конкретных методов осуществлять педагогический и медико-биологический контроль занимающихся. Имеет практический опыт: применения информации педагогического и медико-биологического контроля для оценки состояния занимающихся физической культурой и спортом.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Динамическая анатомия: проектное обучение, Педагогическое проектирование в области физической культуры, Комплексный контроль в физической культуре, Производственная практика (технологическая,	Анализ и оценка результатов педагогической деятельности, Консультативная деятельность в образовательном процессе, Производственная практика (педагогическая) (4

проектно-технологическая) (2 семестр)	семестр)
---------------------------------------	----------

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

Дисциплина	Требования
Динамическая анатомия: проектное обучение	Знает: Последовательность включения мышечных групп при патологических движениях после травм и повреждений. Умеет: Анализировать структуру движений человека. Имеет практический опыт: проведения морфокинезиологического анализа локомоций избранных физических упражнений.
Педагогическое проектирование в области физической культуры	Знает: Особенности критического анализа проблемных ситуаций., как грамотно формулировать цель проекта, выстраивать этапы работы над проектом с учетом последовательности их реализации, определять этапы жизненного цикла проекта; определять исполнителей проекта., основные методы организации научно-исследовательской деятельности обучающихся, методы оценки научной и практической значимости результатов научных исследований в ФКиС., основные воспитательные программы, современные педагогические технологии; особенности организации образовательного процесса в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. Умеет: осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода., видеть и прогнозировать образ результата деятельности и планировать последовательность шагов для достижения данного результата., консультировать обучающихся на всех этапах подготовки и оформления проектных, исследовательских, научных работ; выбирать методы и лабораторное оборудование для проведения научно-исследовательской деятельности обучающихся, использовать компьютерные средства в научно-исследовательской работе., использовать педагогически обоснованные воспитательные формы, методы и приемы организации деятельности обучающихся; применять современные воспитательные технологии; создавать образовательную среду, обеспечивающую формирование у обучающихся образовательных результатов; осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере обучения и воспитания. Имеет практический опыт: конструктивного преодоления возникающих разногласий и конфликтов в

	консультативной деятельности образовательного процесса., владения навыками организации и проведения учебно-исследовательской, научно-исследовательской, проектной и иной деятельности в ходе выполнения профессиональных функций; приемами планирования и основами организации экспериментальных исследований обучающихся., владения профессиональными знаниями и умениями для реализации воспитательных программ .
Комплексный контроль в физической культуре	Знает: как квалифицированно применять средства и методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте., структуру уровней унификации параметров, методы и средства комплексного контроля в спорте. Умеет: использовать измерительную информацию для обработки и анализа показателей физической, технической, тактической, теоретической и других видов подготовленности спортсменов, их соревновательных и тренировочных нагрузок., выполнять научные исследования и использовать их результаты в целях повышения эффективности тренировочного процесса; - осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий Имеет практический опыт: владения теорией планирования, управления и контроля процессов исследования в своей профессиональной деятельности., разрабатывать обобщенные варианты решения проблемы, анализировать эти варианты, прогнозировать последствия, находить компромиссные решения в условиях многокритериальности, неопределенности, планировать реализацию проекта.
Производственная практика (технологическая, проектно-технологическая) (2 семестр)	Знает: основы применения образовательных технологий (в том числе в условиях инклюзивного образовательного процесса), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные приемы и типологию технологий индивидуализации обучения., способы осуществления критического анализа проблемных ситуаций. Умеет: разрабатывать и осуществлять методическую поддержку образовательного процесса и реализовывать технологии обучения в системе физического воспитания., осуществлять критического анализа проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий. Имеет практический опыт: отбора и применения форм, методов и технологий взаимодействия и сотрудничества участников образовательных отношений в учебной и научной деятельности, в

	рамках реализации образовательных программ., осуществления критического анализа проблемных ситуаций.
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 24,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		3
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	16	16
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	83,5	83,5
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	30	30
Подготовка к экзамену	27	27
Анализ современной литературы по разделам дисциплины	20	20
Написание тематических докладов, рефератов, эссе на проблемные темы	6,5	6.5
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	Основы адаптации организма человека к физической нагрузке	4	0	4	0
2	Биологические основы физической культуры и медико-биологические подходы к повышению работоспособности	6	0	6	0
3	Средства оптимизации восстановительных процессов и основы врачебно-педагогического контроля и питания	6	0	6	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
-----------	-----------	---	--------------

1, 2	1	Основы адаптации организма человека к физической нагрузке	4
3, 4, 5	2	Биологические основы физической культуры и медико-биологические подходы к повышению работоспособности: физиологические, биохимические аспекты	6
6,7,8	3	Средства оптимизации восстановительных процессов и основы врачебно-педагогического контроля и питания: современные технологии	6

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
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	ПУМД и ЭУМД	3	30
Подготовка к экзамену	ЭУМД осн лит-ра	3	27
Анализ современной литературы по разделам дисциплины	ПУМД и ЭУМД основная и допол. лит-ра	3	20
Написание тематических докладов, рефератов, эссе на проблемные темы	Поиск в интернете	3	6,5

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-мestr	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	3	Текущий контроль	Контроль за состоянием сердечно-сосудистой системы	1	10	9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике. 7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета 5-6 баллов – не полное соответствие	экзамен

					показателям выполнения практического задания: –студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах; – при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация). 3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания: – студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей; - студент не верно оценивает динамику изменения показателей; – не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; – при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация); – при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки; – практическая работа не сдается своевременно в указанный срок. 1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания. 0 баллов – практическая работа не представлена к оценке	
2	3	Текущий контроль	Методы контроля за состоянием опорно-двигательного аппарата спортсмена	1	10 9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике. 7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета 5-6 баллов – не полное соответствие показателям выполнения практического задания: –студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах;	экзамен

					– при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация). 3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания: – студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей; - студент не верно оценивает динамику изменения показателей; – не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; – при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация); – при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки; – практическая работа не сдается своевременно в указанный срок. 1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания. 0 баллов – практическая работа не представлена к оценке	
3	3	Промежуточная аттестация	Современные методы контроля	-	10 9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике. 7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета 5-6 баллов – не полное соответствие показателям выполнения практического задания: –студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах; – при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация). 3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания:	экзамен

					– студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей; - студент не верно оценивает динамику изменения показателей; – не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; – при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация); – при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки; – практическая работа не сдается своевременно в указанный срок. 1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания. 0 баллов – практическая работа не представлена к оценке	
4	3	Текущий контроль	Контроль за техникой выполнения движений	1	10 9-10 баллов – Задание выполнено полностью. Нет ошибок в логических рассуждениях. Возможно наличие одной неточности или описки, не являющихся следствием незнания или непонимания учебного материала. Студент показал полный объем знаний, умений в освоении пройденных тем и применение их на практике. 7-8 баллов – задание выполнено полностью, но обоснований шагов решения недостаточно. Допущена одна ошибка или два-три недочета 5-6 баллов – не полное соответствие показателям выполнения практического задания: –студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «9 баллов», но допускает 1-2 ошибки в том числе в расчетах; – при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация). 3-4 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания: – студент излагает материал неполно и допускает неточности в характеристике показателей; - студент не верно оценивает динамику изменения показателей; – не умеет достаточно глубоко и	экзамен

					доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; – при выполнении задания не использует наглядные материалы и технические средства (презентация); – при ответе излагает материал непоследовательно и допускает ошибки; – практическая работа не сдается своевременно в указанный срок. 1-2 балла – не соответствие показателям выполнения практического задания – не соответствие всех требований к выполнению практического задания. 0 баллов – практическая работа не представлена к оценке	
--	--	--	--	--	--	--

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Итоговое практическое задание в соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ			
		1	2	3	4
УК-2	Знает: Современные технологии подготовки спортсменов на разных этапах жизненного периода.		+	+	+
УК-2	Умеет: определять круг задач и проблему в рамках избранных видов деятельности.	+	+	+	+
ПК-3	Знает: конкретные способы и методы педагогического и медико-биологического контроля занимающихся физической культурой и спортом.	+	+	+	
ПК-3	Умеет: с помощью конкретных методов осуществлять педагогический и медико-биологический контроль занимающихся.		+	+	+
ПК-3	Имеет практический опыт: применения информации педагогического и медико-биологического контроля для оценки состояния занимающихся физической культурой и спортом.		+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия [Текст] Ч. 2 учеб. пособие для вузов по направлению 521900 - Физическая культура и специальности 022300 - Физическая культура и спорт: В 2 ч. Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. - М.: Советский спорт, 2005. - 358 с.

2. Вестник Южно-Уральского государственного университета.
Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2001-2015

б) дополнительная литература:

1. Мкртумян, А. М. ЮУрГУ Формирование эффективной адаптации к стрессу у спортсменов олимпийского резерва [Текст] монография А. М. Мкртумян ; под науч. ред. А. П. Исаева, А. Т. Арутюнова ; Юж.-Урал. гос. ун-т и др.; ЮУрГУ. - М.: Принт-ателье, 2009. - 190 с.

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

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Проектное обучение

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	eLIBRARY.RU	Человек. Спорт. Медицина https://www.elibrary.ru/contents.asp?id=48217887
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Федорова, М. Ю. Спортивная тренировка: теоретические и методические основы : учебное пособие / М. Ю. Федорова, Е. И. Овчинникова. — Чита : ЗабГУ, 2022 — Часть 1 : Теоретические основы спортивной тренировки — 2022. — 349 с. https://e.lanbook.com/book/363536

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:

1. -Информационные ресурсы ФГУ ФИПС(бессрочно)

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	001 (УСК)	анализатор состава тела Tanita, стабилметрическая платформа МБН-Стабило, система 3D Сканер, высокоскоростная камера

		Phantom Miro
Экзамен	203 (6)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет