Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«28» мая 2021г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины

К.М. 07.02 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01. Педагогическое образование

(профиль «Физическая культура и спорт»)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчики:
Доцент кафедры МБОС и ТФК, к.п.н. О.А.Солоненко

Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК
«30» апреля 2021 г.
Протокол № 8

Зав. кафедрой МБОС и ТФК, профессор В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» – формирование систематизированных знаний в области теории физической культуры, теории и методики избранного вида спорта.

Основными ***задачами*** курса являются:

- расширение диапазона теоретических и практических методов тренировочного процесса в избранном виде спорта с учетом общих положений теории физкультуры и спорта.
- использование возможностей образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-тренировочного процесса.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП):

Дисциплина включена в **вариативную часть ОПОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	**Формулировка**		
ПК-4	Способен осуществлять педагогическое проектирование развивающей образовательной среды, программ и технологий, для решения задач обучения, воспитания и развития личности средствами преподаваемого учебного предмета	ПК-4.1. Составляет и реализует в практической деятельности проект решения конкретной профессиональной задачи ПК-4.2. Разрабатывает и реализует проекты форм внеурочной деятельности обучающихся по предмету	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)
ПК-5	Способен разрабатывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные образовательные программы (в том числе развивающие)	ПК-5.2. Организует деятельность участников образовательного процесса по разработке индивидуальных образовательных маршрутов и индивидуальных образовательных программ обучающихся	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)

	обучающихся и программы своего профессионального роста и личностного развития		
ПК-6	способен применять технологии физкультурно-образовательной деятельности в учебно-воспитательном процессе	ПК-6.1 Планирует и проводит учебные занятия и физкультурно-спортивные мероприятия в соответствии с требованиями ФГОС и других нормативно-правовых актов, регламентирующих сферу ФКС ПК-6.2 Формирует универсальные учебные двигательные действия	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)
ПК-9	Способен создавать условия для включения обучающихся в проектную деятельность в предметной области «физическая культура и спорт»	ПК-9.1. Проектирует систему мероприятий по подготовке обучающихся к участию в физкультурных, физкультурно-спортивных, спортивно-массовых мероприятиях, физкультурных олимпиадах, конкурсах, исследовательских проектах, ученических конференциях и др. с учетом их познавательного интереса в изучении физической культуры	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

Вид учебной работы	**Всего часов**	**Семестры**					
		2	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
Контактная работа с преподавателем (всего)	**36**		-	-	-	-	36
В том числе:							
Лекции	**14**						**14**
Практические занятия (ПЗ)	**22**						**22**
Лабораторные работы (ЛР)	**-**						**-**
Самостоятельная работа (всего)	**36**						**36**
В том числе:							
Информационно-аналитические материалы (подготовка)	**36**						**36**
Устный ответ							
Вид промежуточной аттестации (зачет,							Зачет

экзамен)							
Общая трудоемкость часов	**72**						**72**
зачетных единиц	**2**						**2**

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя и тренера в спорте	ПФСС в системе высшего профессионального образования. Требования к уровню подготовки тренерско-преподавательского состава. Технология обучения студентов профессиональной деятельности. Профессиональные умения и навыки тренера. Феномен, функции, многообразие спорта.
2	Основные принципы, методы, компоненты спортивной тренировки	Основы спортивных соревнований. Спортивная форма. Принципы и методы спортивной подготовленности. Виды подготовок.
3	Параметры тренировочной нагрузки	Виды тренировочной нагрузки, компоненты, показатели, оценки, регулирование нагрузки. Планирование спортивной подготовки. Структура микро-, мезо-, макроциклов.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	**Практ занятия**	**Лабор. занятия**	**Самост. работа студ.**	**Всего часов**
1	Раздел: **Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя и тренера в спорте**	**4**	**4**		**4**	**12**
1.1	ПФСС в системе высшего профессионального образования. Требования к уровню подготовки тренерско-преподавательского состава.	2	2		2	6
1.2	Технология обучения студентов профессиональной деятельности. Профессиональные умения и навыки тренера. Феномен, функции, многообразие спорта.	2	2		2	6

2	Раздел: **Основные принципы, методы, компоненты спортивной тренировки**	**4**	**4**		**10**	**18**
2.1	Основы спортивных соревнований. Спортивная форма.	2	2		6	10
2.2	Принципы и методы спортивной подготовленности. Виды подготовок.	2	2		4	8
3	Раздел: **Параметры тренировочной нагрузки**	**6**	**14**		**22**	**42**
3.1	Виды тренировочной нагрузки, компоненты, показатели, оценки, регулирование нагрузки	4	6		12	22
3.2	Планирование спортивной подготовки. Структура микро-, мезо-, макроциклов.	2	8		10	20
Всего:		**14**	**22**		**36**	**72**

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

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы студентов**
1	**Раздел: Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя и тренера в спорте**	
1.1	ПФСС в системе высшего профессионального образования. Требования к уровню подготовки тренерско-преподавательского состава.	Информационно-аналитические материалы (подготовка)
1.2	Технология обучения студентов профессиональной деятельности. Профессиональные умения и навыки тренера. Феномен, функции, многообразие спорта.	
2	**Раздел: Основные принципы, методы, компоненты спортивной тренировки**	
2.1	Основы спортивных соревнований. Спортивная форма.	Информационно-аналитические материалы (подготовка)
2.2	Принципы и методы спортивной подготовленности. Виды подготовок.	
3	**Раздел: Параметры тренировочной нагрузки**	
3.1	Виды тренировочной нагрузки, компоненты, показатели, оценки, регулирование нагрузки	Информационно-аналитические материалы (подготовка)
3.2	Планирование спортивной подготовки. Структура микро-, мезо-, макроциклов.	

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов не предусмотрено

7. Фонды оценочных средств

7.1. Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций
Раздел: Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя и тренера в спорте		
ПФСС в системе высшего профессионального образования. Требования к уровню подготовки тренерско-преподавательского состава.	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)	ПК -4 ПК-5 ПК-6 ПК-9
Технология обучения студентов профессиональной деятельности. Профессиональные умения и навыки тренера. Феномен, функции, многообразие спорта.	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)	ПК -4 ПК-5 ПК-6 ПК-9
Раздел: Основные принципы, методы, компоненты спортивной тренировки		
Основы спортивных соревнований. Спортивная форма.	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)	ПК -4 ПК-5 ПК-6 ПК-9
Принципы и методы спортивной подготовленности. Виды подготовок.	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)	ПК -4 ПК-5 ПК-6 ПК-9
Раздел: Параметры тренировочной нагрузки		
Виды тренировочной нагрузки, компоненты, показатели, оценки, регулирование нагрузки	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)	ПК -4 ПК-5 ПК-6

		ПК-9
Планирование спортивной подготовки. Структура микро-, мезо-, макроциклов.	Устный ответ Информационно-аналитические материалы (подготовка)	ПК -4 ПК-5 ПК-6 ПК-9

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение лекционных занятий – 1 балл, посещение практических занятий – 1 балл.

Подготовка аналитических материалов– 1-10 баллов

Выполнение заданий для самостоятельной работы – 1-5 баллов (в зависимости от сложности заданий).

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	**Форма контроля**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
Контроль посещаемости	**Посещение лекционных, практических (лабораторных) занятий**	**1**	**1**
	Итого		
Контроль работы на занятиях	**Наименование темы**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
	Раздел: Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя и тренера в спорте		
	ПФСС в системе высшего профессионального образования. Требования к уровню подготовки тренерско-преподавательского состава.	1	10
	Технология обучения студентов профессиональной деятельности. Профессиональные умения и навыки тренера. Феномен, функции, многообразие спорта.	1	10
	Раздел: Основные принципы, методы, компоненты спортивной тренировки		
	Основы спортивных соревнований. Спортивная форма.	1	10
	Принципы и методы спортивной подготовленности. Виды подготовок.	1	10
	Раздел: Параметры тренировочной нагрузки		
	Виды тренировочной нагрузки, компоненты, показатели, оценки, регулирование нагрузки	1	10
	Планирование спортивной подготовки. Структура микро-, мезо-, макроциклов.	1	10

Всего в семестре 2	7	61
Промежуточная аттестация (зачет)	**4**	**56**
ИТОГО	**4**	**56**
Подготовка к практическим занятиям является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов		
К промежуточной аттестации не допускаются обучающиеся, набравшие в течение семестра менее 60% от максимального кол-ва баллов		

7.1.1. **Информационно-аналитические материалы (подготовка)**

Информационно-аналитические материалы – вид образовательной продукции, подготавливаемой студентами в ходе информационно-аналитической деятельности (работы с различными источниками информации). Информационно-аналитические материалы позволяют оценить сформированность умений первичного понимания, интерпретации и преобразования информации, логически ее обосновать, дать оценку как всей совокупности фактов, отраженных в тексте, так и каждому их них в отдельности. работа по подготовке информационно-аналитических материалов создает условия для формирования способности связывать с изучаемым источником информации полученные ранее теоретические знания, сквозь призму которых изучаемое содержание уточняется, детализируется, становится более содержательным, информативным. Толкование источника информации допускает также создание собственного нового смысла с целью установки диалога последнего с первоначальным авторским смыслом.

Результаты аналитической работы оформляются и представляются в виде сборника понятий, логико-смысловых моделей, схем, концептуальной таблицы.

Примеры заданий для подготовки информационно-аналитических материалов:

1. Составьте глоссарий по теме «соревновательная деятельность».
2. Подготовьте методический дайджест (обзор) статей журнала «Теория и практика физической культуры», посвященных оценке соревновательной деятельности в спорте.

Критерии оценивания продуктов информационно-аналитической работы

Критерий	**Балл**
Осуществляет запрос и получение информации	0,4
Интерпретирует информацию в контексте рассматриваемой проблемы	0,4
Выбирает основания и критерии для сравнения, оценки, классификации и систематизации информации	0,4
Создает информационный продукт на основе критического осмысления и преобразования и информации	0,4
Делает выводы и принимает решения на основе полученной информации	0,4
Максимальный балл	**2**

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине учитывается частичное формирование указанных компетенций на базовом уровне.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине используется балльно-рейтинговая система. В ней учитываются:

1) посещаемость занятий;
2) количество устных ответов.

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка*	
			Квалитативная	Квантитативная
высокий	ПК-4 Способен осуществлять педагогическое проектирование развивающей образовательной среды, программ и технологий, для решения задач обучения, воспитания и развития личности средствами преподаваемого учебного предмета ПК-5 Способен разрабатывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные образовательные программы (в том числе развивающие) обучающихся и программы своего профессионального роста и личностного развития ПК-6 способен применять технологии физкультурно- образовательной деятельности в учебно- воспитательном процессе ПК-9 Способен создавать условия для включения обучающихся в проектную деятельность в предметной области «физическая культура и спорт»	**50-56**	**зачтено**	**отлично**
повышенный	ПК-4.2. Разрабатывает и реализует проекты форм внеурочной деятельности обучающихся по предмету ПК-5.1. Владеет технологией проектирования индивидуальной образовательной деятельности ПК-6.1 Планирует и проводит учебные занятия и физкультурно-спортивные мероприятия в соответствии с требованиями ФГОС и других нормативно-правовых актов, регламентирующих сферу ФКС	**41-49**		**хорошо**

	ПК-6.2 Формирует универсальные учебные двигательные действия ПК-9.1. Проектирует систему мероприятий по подготовке обучающихся к участию в физкультурных, физкультурно-спортивных, спортивно-массовых мероприятиях, физкультурных олимпиадах, конкурсах, исследовательских проектах, ученических конференциях и др. с учетом их познавательного интереса в изучении физической культуры			
базовый	ПК-4.2. Разрабатывает и реализует проекты форм внеурочной деятельности обучающихся по предмету ПК-5.1. Владеет технологией проектирования индивидуальной образовательной деятельности ПК-6.1 Планирует и проводит учебные занятия и физкультурно-спортивные мероприятия в соответствии с требованиями ФГОС и других нормативно-правовых актов, регламентирующих сферу ФКС ПК-9.1. Проектирует систему мероприятий по подготовке обучающихся к участию в физкультурных, физкультурно-спортивных, спортивно-массовых мероприятиях, физкультурных олимпиадах, конкурсах, исследовательских проектах, ученических конференциях и др. с учетом их познавательного интереса в изучении физической культуры	**34-40**		**удовлетворительно**
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	**<34**	**не зачтено**	**неудовлетворительно**

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций
ПК

Устный ответ	Информационно-аналитические материалы (подготовка)
ПК-4.1. Составляет и реализует в практической деятельности проект решения конкретной профессиональной задачи ПК-4.2. Разрабатывает и реализует проекты форм внеурочной деятельности обучающихся по предмету ПК-5.2. Организует деятельность участников образовательного процесса по разработке индивидуальных образовательных маршрутов и индивидуальных образовательных программ обучающихся ПК-6.1 Планирует и проводит учебные занятия и физкультурно-спортивные мероприятия в соответствии с требованиями ФГОС и других нормативно-правовых актов, регламентирующих сферу ФКС ПК-6.2 Формирует универсальные учебные двигательные действия ПК-9.1. Проектирует систему мероприятий по подготовке обучающихся к участию в физкультурных, физкультурно-спортивных, спортивно-массовых мероприятиях, физкультурных олимпиадах, конкурсах, исследовательских проектах, ученических конференциях и др. с учетом их познавательного интереса в изучении физической культуры	ПК-4.1. Составляет и реализует в практической деятельности проект решения конкретной профессиональной задачи ПК-4.2. Разрабатывает и реализует проекты форм внеурочной деятельности обучающихся по предмету ПК-6.1 Планирует и проводит учебные занятия и физкультурно-спортивные мероприятия в соответствии с требованиями ФГОС и других нормативно-правовых актов, регламентирующих сферу ФКС ПК-6.2 Формирует универсальные учебные двигательные действия ПК-9.1. Проектирует систему мероприятий по подготовке обучающихся к участию в физкультурных, физкультурно-спортивных, спортивно-массовых мероприятиях, физкультурных олимпиадах, конкурсах, исследовательских проектах, ученических конференциях и др. с учетом их познавательного интереса в изучении физической культуры

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Устный ответ

Устный ответ позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение разговорных навыков (монологической и диалогической речи) и иные коммуникативные навыки.

Примеры заданий

Вопросы

Тема: «компоненты тренировочной нагрузки, дозирование нагрузки в зависимости от возрастных особенностей»

Проверяемые элементы компетенции: ПК-4.1. Составляет и реализует в практической деятельности проект решения конкретной профессиональной задачи

Критерии оценки:

– правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);

– полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);

– сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);

– логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);

– своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);

– использование дополнительного материала;

– рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей студентов).

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
– правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	2,5 балла
– своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);	2,5 балла
– логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);	2,5 балла
Максимальный балл	10

Перечень вопросов:

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная литература

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 224 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль.). — ISBN 978-5-534-04492-8. https://biblio-online.ru/book/32F832B3-F0AD-49CF-9462-96D21FF6FC9A/dvigatelnye-sposobnosti-i-fizicheskie-kachestva-razdely-teorii-fizicheskoy-kultury

2. Железняк Ю.Д. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование [Текст]: Учеб. пособие для студ. Высш. Учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, П.К. Петров. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 272 с.
3. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика [Текст]: монография/ С.И. Изаак. – М.: Советский спорт, 2005. – 196с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры [Текст]: Учебник для ин-тов физ. культ.- М.: ФиС, 1991, 543с.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009.- 480с.

б) дополнительная литература:

1. Начинская С.В. Спортивная метрология [Текст]: Учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 240с.
2. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 189 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-07551-9. https://biblio-online.ru/book/7F77BCC7-0793-45F2-9202-3E263CDABDCA/teoriya-i-metodika-izbrannogo-vida-sporta

в) программное обеспечение

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
- ЭПС «Система Гарант-Максимум»
- ЭПС «Консультант Плюс»

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;

2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)

3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.

4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для преподавателя и обучающихся по освоению дисциплины

Главные особенности изучения дисциплины

В ходе учебных занятий формировать у студентов не только профессионально-прикладные умения и навыки, но и знакомить их с основами исследовательской деятельности, которая наполняет основной программный материал более глубоким образовательным смыслом, наглядно демонстрируя взаимосвязь показателей физической и технической подготовленности с показателями двигательных и вегетативных функций, ее обеспечивающими.

Использование на практических и лекционных занятиях демонстрационного материала и мультимедийных средств, позволяющих детально изучать отдельные фазы движений, анализировать технику выполнения упражнений с позиций эффективности и целесообразности.

Для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов использовать балльно-рейтинговую систему оценки, при которой учитываются посещаемость, успеваемость и активность на учебных занятиях.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe.

Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Оборудованные аудитории – столы, стулья, доска, экран, телевизор;
2. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
3. Материалы для итогового и промежуточного контроля;
4. Компьютер, принтер, сканер, ксерокс, мультимедиа, интерактивная доска.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: **Педагогическая сущность профессиональной деятельности**	2	2		10	14

	преподавателя и тренера в спорте					
1.1	ПФСС в системе высшего профессионального образования. Требования к уровню подготовки тренерско-преподавательского состава.	1	1		4	6
1.2	Технология обучения студентов профессиональной деятельности. Профессиональные умения и навыки тренера. Феномен, функции, многообразие спорта.	1	1		6	8
2	Раздел: **Основные принципы, методы, компоненты спортивной тренировки**		**2**		**10**	**12**
2.1	Основы спортивных соревнований. Спортивная форма.		1		6	7
2.2	Принципы и методы спортивной подготовленности. Виды подготовок.		1		4	5
3	Раздел: **Параметры тренировочной нагрузки**	**2**	**2**		**42**	**46**
3.1	Виды тренировочной нагрузки, компоненты, показатели, оценки, регулирование нагрузки	1	1		20	22
3.2	Планирование спортивной подготовки. Структура микро-, мезо-, макроциклов.	1	1		22	24
Всего:		**4**	**6**		**62**	**72**

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы студентов**
1	**Раздел: Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя и тренера в спорте**	
1.1	ПФСС в системе высшего профессионального образования. Требования к уровню подготовки тренерско-преподавательского состава.	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица, глоссарий по теме, аннотированный каталог, аналитическая записка) Устный ответ
1.2	Технология обучения студентов профессиональной деятельности. Профессиональные умения и навыки тренера. Феномен, функции, многообразие спорта.	
2	**Раздел: Основные принципы, методы, компоненты спортивной тренировки**	
2.1	Основы спортивных соревнований. Спортивная форма.	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица,
2.2	Принципы и методы спортивной	

	подготовленности. Виды подготовок.	глоссарий по теме, аннотированный каталог, аналитическая записка) Устный ответ
3	**Раздел: Параметры тренировочной нагрузки**	
3.1	Виды тренировочной нагрузки, компоненты, показатели, оценки, регулирование нагрузки	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица, глоссарий по теме, аннотированный каталог, аналитическая записка) Устный ответ
3.2	Планирование спортивной подготовки. Структура микро-, мезо-, макроциклов.	

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«19» апреля 2022г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.07.ДВ.03.01 Правовые основы физической культуры и спорта

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование

(профиль Физическая культура и спорт)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчик:
доцент, канд. пед. наук А.П. Щербак

Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины:
Цель дисциплины «Правовые основы физической культуры и спорта» - формирование у обучающихся представлений и знаний основных положений правоведения в области физической культуры и спорта, практических умений по решению конкретных задач организации образовательного процесса и спортивной подготовки в логике правовых основ физической культуры и спорта.
Основными задачами курса являются:
понимание эволюции нормативно-правовых основ сферы физической культуры и спорта;
развитие умений анализировать и разрабатывать нормативно-правовые документы физкультурно-спортивной организации,
овладение навыками учета нормативно-правовой базы при проектировании образовательной программы.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП):
Дисциплина включена в вариативную часть ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Компетенции		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ПК-7	Способен реализовывать дополнительные образовательные программы и досуговые формы физкультурного воспитания	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы (подготовка) Тест Оценочное средство (разработка) Устный опрос
ПК-9	Способен создавать условия для включения обучающихся в проектную деятельность в предметной области «Физическая культура и спорт»	ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении	Информационно-аналитические материалы (подготовка) Тест Оценочное средство (разработка) Устный опрос

4. Объем дисциплины и виды учебной работы
Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		7
Контактная работа с преподавателем (всего)	36	36
В том числе:		
Лекции	14	14
Практические занятия (ПЗ)	22	22

Самостоятельная работа (всего)	36	36
В том числе:		
Информационно-аналитическая работа	12	12
Подготовка к тестированию	8	8
Подготовка к устному опросу	8	8
Проектирование оценочных средств	8	8
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Общая трудоемкость (часов)	72	72
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	История нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта в России	Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в. Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.) Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации
2	Реализация государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации	Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти

		Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)
3	Нормативно-правовые акты международных спортивных организаций	Совет Европы и спорт Международное спортивное движение

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: История нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта в России	6	8	-	10	24
1.1.	Тема: Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	1	1	-	1	3
1.2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	1	1	-	1	3
1.3	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	1	1	-	1	3
1.4	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	1	1	-	1	3
1.5	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	1	1	-	1	3
1.6	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	1	1	-	1	3
1.7	Тема: Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	-	2	-	4	6
2	Раздел: Реализация государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации	6	10	-	14	30
2.1	Тема: Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	-	-	2	3

2.2	Тема: Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.3	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.4	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.5	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.6	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	1	2	-	4	7
3	Раздел: Нормативно-правовые акты международных спортивных организаций	2	4	-	12	18
3.1	Тема: Совет Европы и спорт	1	1	-	4	6
3.2	Тема: Международное спортивное движение	1	3	-	8	12
Всего:		14	22	-	36	72

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

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
3	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
4	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)

5	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
6	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
7	Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
8	Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме) Подготовка к тестированию
9	Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ федеральных законов Российской Федерации) Подготовка к тестированию
10	Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Президента Российской Федерации) Подготовка к тестированию
11	Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Правительства Российской Федерации) Подготовка к тестированию
12	Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
13	Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Ярославской области) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
14	Совет Европы и спорт	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Европы) Подготовка к тестированию
15	Международное спортивное движение	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Олимпийского, Паралимпийского, Сурдлимпийского движения, Специальной Олимпиады) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) - не предусмотрены
6.3. Примерная тематика рефератов - не предусмотрены

7. Фонды оценочных средств
7.1. Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций
Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Оценочное средство Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест Оценочное средство	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9

Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	Оценочное средство	
Совет Европы и спорт	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Международное спортивное движение	Информационно-аналитические материалы Тест Оценочное средство	ПК-7 ПК-9

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение занятий – 1 балл. Работа на практических занятиях предполагает оценивание за участие выполнении предлагаемых заданий, их презентации и обсуждении, а также в обсуждении и представление результатов самостоятельной работы. Выполнение заданий для самостоятельной работы – от 1 до 10 баллов (в зависимости от сложности заданий).

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	Форма контроля	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
7 семестр			
Контроль посещаемости	Посещение лекционных и практических занятий	30	36
	Итого	30	36
Контроль работы на практических занятиях и представление результатов самостоятельной работы	Тема: «Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.»	6	10
	Тема: «Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации»	6	10

	Тема: «Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)»	6	10
	Тема: «Совет Европы и спорт»	6	10
	Тема: «Международное спортивное движение»	6	10
	Итого	90	150
Всего в семестре		120	186
Промежуточная аттестация		3	5
ИТОГО		123	191
Подготовка к практическим занятиям является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов			
К промежуточной аттестации не допускаются обучающиеся, набравшие по итогам работы в 7 семестре менее 120 баллов			

Информационно-аналитические материалы (подготовка)

Информационно-аналитические материалы – вид образовательной продукции, подготавливаемой студентами в ходе информационно-аналитической деятельности (работы с нормативно-правовыми актами). Информационно-аналитические материалы позволяют оценить сформированность умений первичного понимания, интерпретации и преобразования информации, логически ее обосновать, дать оценку как всей совокупности фактов, отраженных в тексте, так и каждому их них в отдельности. работа по подготовке информационно-аналитических материалов создает условия для формирования способности связывать с изучаемым источником информации полученные ранее теоретические знания, сквозь призму которых изучаемое содержание уточняется, детализируется, становится более содержательным, информативным. Толкование источника информации допускает также создание собственного нового смысла с целью установки диалога последнего с первоначальным авторским смыслом.

Результаты аналитической работы оформляются и представляются в виде концептуальной таблицы.

Примеры заданий для подготовки информационно-аналитических материалов:
Составьте систематизирующую таблицу по теме «Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.».
Подготовьте нормативный дайджест (обзор) актов Ярославской области, посвященных регулированию области физической культуры и спорта. В обзоре отразите позиции:
акты Губернатора Ярославской области;
акты Правительства Ярославской области
акты Департамента по физической культуре, спорту и молодежной политике Ярославской области.

Критерии оценивания продуктов информационно-аналитической работы

Критерий	Балл
Осуществляет запрос и получение информации	0,4
Интерпретирует информацию в контексте рассматриваемой проблемы	0,4
Выбирает основания и критерии для сравнения, оценки, классификации и систематизации информации	0,4
Создает информационный продукт на основе критического осмысления и преобразования и информации	0,4
Делает выводы и принимает решения на основе полученной информации	0,4
Максимальный балл	2

Тест
Тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Оценочное средство представляет собой банк тестовых заданий по всем разделам дисциплины для проведения текущей аттестации.
Примеры тестовых заданий для текущего контроля:
1. Действующий Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» принят в: 1) 1999 г.; 2) 2003 г.; 3) 2007 г.
2. Распределите полномочия:

<table>
<tr><td>1. Полномочия Российской Федерации в области физической культуры и спорта
ст. 6 ФЗ</td><td rowspan="3">А) разработка и реализация государственной политики в области физической культуры и спорта, принятие и реализация программ развития физической культуры и спорта в Российской Федерации;
Б) организация проведения муниципальных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также организация физкультурно-спортивной работы по месту жительства граждан;
В) участие в организации на территории Российской Федерации Олимпийских игр, чемпионатов и кубков мира, чемпионатов и кубков Европы, Всемирных универсиад, иных международных спортивных соревнований с учетом требований, установленных соответствующими международными спортивными организациями;
Г) организация и проведение региональных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и межмуниципальных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;
Д) организация медицинского обеспечения официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципальных образований;
Е) организация развития национальных видов спорта, в том числе установление порядка проведения спортивных мероприятий по</td></tr>
<tr><td>2. Полномочия субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта
ст. 8 ФЗ</td></tr>
<tr><td>3. Полномочия органов местного самоуправления в области физической культуры и спорта
ст. 9 ФЗ</td></tr>
</table>

	национальным видам спорта, развивающимся в субъектах Российской Федерации.

3. Укажите цели Государственной программы «Развитие физической культуры и спорта» (постановление Правительства РФ от 15.04.2014 № 302) …
4. Какой нет должности, в соответствии с Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих в области физической культуры и спорта (приказ Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916-н):
А) тренер
Б) тренер-преподаватель
В) тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре
Г) старший тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре
Д) государственный тренер (по виду спорта)
Е) тренер спортивной сборной команды РФ (по виду спорта)
Ж) старший тренер спортивной сборной команды РФ (по виду спорта)
З) главный тренер спортивной сборной команды РФ (по виду спорта)
И) тренер-наездник лошадей
5. В Ярославской области органом исполнительной власти в области физической культурой и спортом является:
А) Департамент по делам физической культуре, спорту и молодежной политике
Б) Агентство по физической культуре и спорту
В) Комитет по физической культуре и спорту
6. Укажите общий объем финансирования региональной целевой программы «Создание условий для занятий физической культурой и спортом в Ярославской области» на 2020-2024 годы…
7. В каких статьях Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» описаны основные положения, касающиеся общероссийских спортивных федераций:
1) 11-12; 2) 14-18; 3) 20-20.4; 4) 26-26.2.
Критерии оценивания теста:

Оценка	Критерии	Балл
Квалитативная оценка		
зачтено	от 60% правильных ответов и выше	3-5
не зачтено	до 60 % правильных ответов	0-2

Оценочное средство (разработка)
Оценочное средство (разработка) – вид методической продукции, предназначенный для проведения оценки образовательных результатов по учебному предмету. Оценочные средства могут быть подготовлены как в рамках индивидуальной, так и коллективной работы. Она направлена на профессионально-педагогическое совершенствование студента.
Примеры заданий по разработке оценочных средств:
Разработайте квест для учащихся, направленный на оценку предметных и метапредметных образовательных результатов и содержательно построенный на нормативно-правовых актах Ярославской области в сфере физической культуры и спорта;
Подберите электронный (цифровой) образовательный ресурс. Предложите систему вопросов и заданий к нему, позволяющих оценить уровень сформированности предметных результатов, связанных с анализом причин нарушения осанки и демонстрации упражнений по профилактике её нарушения;
Разработайте информационную базу «Мировое олимпийское движение» для самостоятельного использования учащимися при организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта.
Критерии оценивания дидактических материалов (разработка)

Критерий	Балл

Студент демонстрирует умение разрабатывать оценочное средство для диагностики определенного образовательного результата или совокупности образовательных результатов	1
Соответствие всем требованиям к подготовке и структуре	1
Содержание оценочного средства отличается высоким уровнем самостоятельности и творчества	1
Использование для оценивания своей деятельности самостоятельно разработанные на основе группового обсуждения критерии	1
Максимальный балл	4

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

1. Рейтинговый балл, соответствующий зачету, предполагает активную работу на практических занятиях, в том числе и по представлению результатов самостоятельной работы.
2. Допуск к промежуточной аттестации по итогам семестра предполагает, что минимальный балл для получения по итогам освоения учебной дисциплины должен быть не менее 120 баллов в 7 семестре.

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине:

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка
			квалитативная
Высокий	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении	171–191	зачтено
Повышенный	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и	151–170	

	осуществляет помощь в их самостоятельном освоении		
Базовый	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении	151–123	
Низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	Менее 123	не зачтено

7.2.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ПК-7	ПК-9
Устный опрос	
ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта	ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Устный опрос

Под устным опросом понимается метод, направленный на сбор первичной информации, при котором человек отвечает на целый ряд вопросов.

Примерные вопросы

Какие должности в сфере физической культуры определяют современные профессиональные стандарты?

Какими ведомственными актами определяются требования к учебным предметам «Физическая культура» и «Адаптивная физическая культура»? Приведите пример по одному из уровней образования.

Какими разделами «Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих» определяется должность при приеме в образовательную или физкультурно-спортивную организацию?

Какие статьи включает в себя Международная Хартия физического воспитания и спорта (1978 г.)?

Критерии оценивания устного опроса:

Критерий	Балл
Точность терминологии	1 балл
Степень осознанности, понимания изученного	2 балла
Полнота и правильность ответа	2 балла
Максимальный балл	5

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины
а) основная литература
Щербак А. П. Правовые основы физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2022. 103 с.
Щербак А. П. Правовые основы физической культуры и спорта в таблицах : учебное пособие для вузов. Санкт-Петербург: Лань, 2022. 136 с.
б) дополнительная литература
Алексеев С. В. Международное спортивное право: учебник. Москва: ЮНИТИ, 2020. 895 с.
Алексеев С. В. Спортивное право: договорные отношения в спорте : учебное пособие для вузов / С. В. Алексеев, М. О. Буянова, А. В. Чеботарев. Москва: Издательство Юрайт, 2020. 107 с.
Алексеев С. В. Спортивное право России. Москва: ЮНИТИ, 2020. 1055 с.
Безуглов Э. Н., Ачкасов Е. Е. Олимпийское образование. Основы антидопингового обеспечения спорта. Москва: Издательский дом «Спорт», 2019. 288 с.
в) программное обеспечение
Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:
Microsoft Windows
Microsoft Office
Kaspersky Endpoint Security длябизнеса - Стандартный Russian Edition

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины
1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К.Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
Главные особенности изучения дисциплины:
Стратегия освоения студентами правовых основ физической культуры и спорта выстраивается в следующем порядке:
1) перечисление законодательных актов и составление их перечня в табличной и схематичной форме, таким образом, осуществляется дифференциация (выявление различающихся объектов);
2) объединение законодательных актов по видам управления (государственное, местное, общественное), таким образом, выявляются общие свойства;
3) обозначение (категоризация), т.е. установление иерархической последовательности законодательных актов, их взаимосвязей;
4) использование нормативно-правовых актов при проектировании образовательных программ.
Характерной чертой дидактических поисков, связанных с организацией учебно-познавательной деятельности студентов, является ориентация на специальное обучение поисковым процедурам, формирование правовой культуры.
Поисковая активность связана с оживленным учебным диалогом, в ходе которого студенты активно обмениваются мнениями друг с другом, а не только с преподавателем. Дидактические функции дискуссии связываются с двоякого рода задачами: 1) задачи конкретно-содержательного плана; 2) задачи организации взаимодействия в группе студентов. К сфере задач первого рода относятся:
- осознание студентами противоречий, трудностей, связанных с обсуждаемой правовой проблемой;
- актуализация ранее полученных знаний;

- творческое переосмысление возможностей их применения, включения их в новый правовой контекст.
К сфере задач второго рода относятся:
- распределение ролей в группах;
- выполнение коллективной задачи;
- согласованность в обсуждении проблемы и выработка общего, группового подхода;
- соблюдение специально принятых правил и процедур совместной поисковой деятельности.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.
При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe. Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины
1. Оборудованные аудитории – столы, стулья, доска, экран, телевизор;
2. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
3. Материалы для итогового и промежуточного контроля;
4. Раздаточный материал;
5. Нормативно-правовые акты;
6. Компьютер, принтер, сканер, ксерокс, мультимедиа, интерактивная доска.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении
13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы
Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		9
Контактная работа с преподавателем (всего)	8	8
В том числе:		
Лекции	4	4
Практические занятия (ПЗ)	4	4
Самостоятельная работа (всего)	64	64
В том числе:		
Информационно-аналитическая работа	24	24
Подготовка к тестированию	8	8
Подготовка к устному опросу	16	16
Проектирование оценочных средств	16	16
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Общая трудоемкость (часов)	72	72
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	2	2

13.2. Содержание дисциплины
13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№		Кол-во часов

	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: История нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта в России	2	-	-	22	24
1.1.	Тема: Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	-	-	-	3	3
1.2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	-	-	-	3	3
1.3	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	-	-	-	3	3
1.4	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	-	-	-	3	3
1.5	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	-	-	-	3	3
1.6	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	1	-	-	2	3
1.7	Тема: Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	1	-	-	5	6
2	Раздел: Реализация государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации	-	4	-	4	30
2.1	Тема: Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	2	3
2.2	Тема: Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	4	5
2.3	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	4	5
2.4	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	-	-	5	5

2.5	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	4	5
2.6	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	-	-	-	7	7
3	Раздел: Нормативно-правовые акты международных спортивных организаций	2	-	-	16	18
3.1	Тема: Совет Европы и спорт	1	-	-	6	7
3.2	Тема: Международное спортивное движение	1	-	-	10	11
Всего:		4	4	-	64	72

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
3	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
4	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
5	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
6	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
7	Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
8	Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)

	Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка к тестированию
9	Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ федеральных законов Российской Федерации) Подготовка к тестированию
10	Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Президента Российской Федерации) Подготовка к тестированию
11	Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Правительства Российской Федерации) Подготовка к тестированию
12	Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
13	Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Ярославской области) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
14	Совет Европы и спорт	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Европы) Подготовка к тестированию
15	Международное спортивное движение	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Олимпийского, Паралимпийского, Сурдлимпийского движения, Специальной Олимпиады) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«19» апреля 2022г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.07.ДВ.03.02 Право в сфере образования

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование

(профиль Физическая культура и спорт)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчик:
доцент, канд. пед. наук А.П. Щербак

Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины:
Цель дисциплины «Право в сфере образования» - формирование у обучающихся представлений и знаний основных положений правоведения в области физической культуры и спорта, практических умений по решению конкретных задач организации образовательного процесса и спортивной подготовки в логике правовых основ физической культуры и спорта.
Основными задачами курса являются:
понимание эволюции нормативно-правовых основ сферы физической культуры и спорта;
развитие умений анализировать и разрабатывать нормативно-правовые документы физкультурно-спортивной организации,
овладение навыками учета нормативно-правовой базы при проектировании образовательной программы.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП):
Дисциплина включена в вариативную часть ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Компетенции		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ПК-7	Способен реализовывать дополнительные образовательные программы и досуговые формы физкультурного воспитания	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы (подготовка) Тест Оценочное средство (разработка) Устный опрос
ПК-9	Способен создавать условия для включения обучающихся в проектную деятельность в предметной области «Физическая культура и спорт»	ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении	Информационно-аналитические материалы (подготовка) Тест Оценочное средство (разработка) Устный опрос

4. Объем дисциплины и виды учебной работы
Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		7
Контактная работа с преподавателем (всего)	36	36
В том числе:		
Лекции	14	14
Практические занятия (ПЗ)	22	22
Самостоятельная работа (всего)	36	36

В том числе:		
Информационно-аналитическая работа	12	12
Подготовка к тестированию	8	8
Подготовка к устному опросу	8	8
Проектирование оценочных средств	8	8
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Общая трудоемкость (часов)	72	72
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	История нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта в России	Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в. Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.) Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.) Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации
2	Реализация государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации	Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти

		Российской Федерации в области физической культуры и спорта Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)
3	Нормативно-правовые акты международных спортивных организаций	Совет Европы и спорт Международное спортивное движение

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: История нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта в России	6	8	-	10	24
1.1.	Тема: Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	1	1	-	1	3
1.2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	1	1	-	1	3
1.3	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	1	1	-	1	3
1.4	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	1	1	-	1	3
1.5	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	1	1	-	1	3
1.6	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	1	1	-	1	3
1.7	Тема: Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	-	2	-	4	6
2	Раздел: Реализация государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации	6	10	-	14	30
2.1	Тема: Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	-	-	2	3

2.2	Тема: Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.3	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.4	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.5	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	1	2	-	2	5
2.6	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	1	2	-	4	7
3	Раздел: Нормативно-правовые акты международных спортивных организаций	2	4	-	12	18
3.1	Тема: Совет Европы и спорт	1	1	-	4	6
3.2	Тема: Международное спортивное движение	1	3	-	8	12
Всего:		14	22	-	36	72

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

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
3	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
4	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)

5	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
6	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
7	Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
8	Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме) Подготовка к тестированию
9	Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ федеральных законов Российской Федерации) Подготовка к тестированию
10	Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Президента Российской Федерации) Подготовка к тестированию
11	Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Правительства Российской Федерации) Подготовка к тестированию
12	Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
13	Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Ярославской области) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
14	Совет Европы и спорт	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Европы) Подготовка к тестированию
15	Международное спортивное движение	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Олимпийского, Паралимпийского, Сурдлимпийского движения, Специальной Олимпиады) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) - не предусмотрены
6.3. Примерная тематика рефератов - не предусмотрены

7. Фонды оценочных средств
7.1. Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций
Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	Информационно-аналитические материалы	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Оценочное средство Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Информационно-аналитические материалы Тест Оценочное средство	ПК-7 ПК-9
Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9

Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	Оценочное средство	
Совет Европы и спорт	Информационно-аналитические материалы Тест	ПК-7 ПК-9
Международное спортивное движение	Информационно-аналитические материалы Тест Оценочное средство	ПК-7 ПК-9

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение занятий – 1 балл. Работа на практических занятиях предполагает оценивание за участие выполнении предлагаемых заданий, их презентации и обсуждении, а также в обсуждении и представление результатов самостоятельной работы. Выполнение заданий для самостоятельной работы – от 1 до 10 баллов (в зависимости от сложности заданий).

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	Форма контроля	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
7 семестр			
Контроль посещаемости	Посещение лекционных и практических занятий	30	36
	Итого	30	36
Контроль работы на практических занятиях и представление результатов самостоятельной работы	Тема: «Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.»	6	10
	Тема: «Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)»	6	10
	Тема: «Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации»	6	10

	Тема: «Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта»	6	10
	Тема: «Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)»	6	10
	Тема: «Совет Европы и спорт»	6	10
	Тема: «Международное спортивное движение»	6	10
	Итого	90	150
Всего в семестре		120	186
Промежуточная аттестация		3	5
ИТОГО		123	191
Подготовка к практическим занятиям является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов			
К промежуточной аттестации не допускаются обучающиеся, набравшие по итогам работы в 7 семестре менее 120 баллов			

Информационно-аналитические материалы (подготовка)

Информационно-аналитические материалы – вид образовательной продукции, подготавливаемой студентами в ходе информационно-аналитической деятельности (работы с нормативно-правовыми актами). Информационно-аналитические материалы позволяют оценить сформированность умений первичного понимания, интерпретации и преобразования информации, логически ее обосновать, дать оценку как всей совокупности фактов, отраженных в тексте, так и каждому их них в отдельности. работа по подготовке информационно-аналитических материалов создает условия для формирования способности связывать с изучаемым источником информации полученные ранее теоретические знания, сквозь призму которых изучаемое содержание уточняется, детализируется, становится более содержательным, информативным. Толкование источника информации допускает также создание собственного нового смысла с целью установки диалога последнего с первоначальным авторским смыслом.

Результаты аналитической работы оформляются и представляются в виде концептуальной таблицы.

Примеры заданий для подготовки информационно-аналитических материалов:
Составьте систематизирующую таблицу по теме «Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.».
Подготовьте нормативный дайджест (обзор) актов Ярославской области, посвященных регулированию области физической культуры и спорта. В обзоре отразите позиции:
акты Губернатора Ярославской области;
акты Правительства Ярославской области
акты Департамента по физической культуре, спорту и молодежной политике Ярославской области.

Критерии оценивания продуктов информационно-аналитической работы

Критерий	Балл
Осуществляет запрос и получение информации	0,4
Интерпретирует информацию в контексте рассматриваемой проблемы	0,4
Выбирает основания и критерии для сравнения, оценки, классификации и систематизации информации	0,4
Создает информационный продукт на основе критического осмысления и преобразования и информации	0,4
Делает выводы и принимает решения на основе полученной информации	0,4
Максимальный балл	2

Тест
Тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Оценочное средство представляет собой банк тестовых заданий по всем разделам дисциплины для проведения текущей аттестации.
Примеры тестовых заданий для текущего контроля:
1. Действующий Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» принят в: 1) 1999 г.; 2) 2003 г.; 3) 2007 г.
2. Распределите полномочия:

<table>
<tr><td>1. Полномочия Российской Федерации в области физической культуры и спорта
ст. 6 ФЗ</td><td rowspan="3">А) разработка и реализация государственной политики в области физической культуры и спорта, принятие и реализация программ развития физической культуры и спорта в Российской Федерации;
Б) организация проведения муниципальных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также организация физкультурно-спортивной работы по месту жительства граждан;
В) участие в организации на территории Российской Федерации Олимпийских игр, чемпионатов и кубков мира, чемпионатов и кубков Европы, Всемирных универсиад, иных международных спортивных соревнований с учетом требований, установленных соответствующими международными спортивными организациями;
Г) организация и проведение региональных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и межмуниципальных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;
Д) организация медицинского обеспечения официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципальных образований;
Е) организация развития национальных видов спорта, в том числе установление порядка проведения спортивных мероприятий по</td></tr>
<tr><td>2. Полномочия субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта
ст. 8 ФЗ</td></tr>
<tr><td>3. Полномочия органов местного самоуправления в области физической культуры и спорта
ст. 9 ФЗ</td></tr>
</table>

	национальным видам спорта, развивающимся в субъектах Российской Федерации.

3. Укажите цели Государственной программы «Развитие физической культуры и спорта» (постановление Правительства РФ от 15.04.2014 № 302) …
4. Какой нет должности, в соответствии с Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих в области физической культуры и спорта (приказ Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916-н):
А) тренер
Б) тренер-преподаватель
В) тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре
Г) старший тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре
Д) государственный тренер (по виду спорта)
Е) тренер спортивной сборной команды РФ (по виду спорта)
Ж) старший тренер спортивной сборной команды РФ (по виду спорта)
З) главный тренер спортивной сборной команды РФ (по виду спорта)
И) тренер-наездник лошадей
5. В Ярославской области органом исполнительной власти в области физической культурой и спортом является:
А) Департамент по делам физической культуре, спорту и молодежной политике
Б) Агентство по физической культуре и спорту
В) Комитет по физической культуре и спорту
6. Укажите общий объем финансирования региональной целевой программы «Создание условий для занятий физической культурой и спортом в Ярославской области» на 2020-2024 годы…
7. В каких статьях Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» описаны основные положения, касающиеся общероссийских спортивных федераций:
1) 11-12; 2) 14-18; 3) 20-20.4; 4) 26-26.2.
Критерии оценивания теста:

Оценка	Критерии	Балл
Квалитативная оценка		
зачтено	от 60% правильных ответов и выше	3-5
не зачтено	до 60 % правильных ответов	0-2

Оценочное средство (разработка)
Оценочное средство (разработка) – вид методической продукции, предназначенный для проведения оценки образовательных результатов по учебному предмету. Оценочные средства могут быть подготовлены как в рамках индивидуальной, так и коллективной работы. Она направлена на профессионально-педагогическое совершенствование студента.
Примеры заданий по разработке оценочных средств:
Разработайте квест для учащихся, направленный на оценку предметных и метапредметных образовательных результатов и содержательно построенный на нормативно-правовых актах Ярославской области в сфере физической культуры и спорта;
Подберите электронный (цифровой) образовательный ресурс. Предложите систему вопросов и заданий к нему, позволяющих оценить уровень сформированности предметных результатов, связанных с анализом причин нарушения осанки и демонстрации упражнений по профилактике её нарушения;
Разработайте информационную базу «Мировое олимпийское движение» для самостоятельного использования учащимися при организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта.
Критерии оценивания дидактических материалов (разработка)

Критерий	Балл

Студент демонстрирует умение разрабатывать оценочное средство для диагностики определенного образовательного результата или совокупности образовательных результатов	1
Соответствие всем требованиям к подготовке и структуре	1
Содержание оценочного средства отличается высоким уровнем самостоятельности и творчества	1
Использование для оценивания своей деятельности самостоятельно разработанные на основе группового обсуждения критерии	1
Максимальный балл	4

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

1. Рейтинговый балл, соответствующий зачету, предполагает активную работу на практических занятиях, в том числе и по представлению результатов самостоятельной работы.
2. Допуск к промежуточной аттестации по итогам семестра предполагает, что минимальный балл для получения по итогам освоения учебной дисциплины должен быть не менее 120 баллов в 7 семестре.

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине:

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка
			квалитативная
Высокий	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении	171–191	зачтено
Повышенный	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и	151–170	

	осуществляет помощь в их самостоятельном освоении		
Базовый	ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении	151–123	
Низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	Менее 123	не зачтено

7.2.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ПК-7	ПК-9
Устный опрос	
ПК-7.5 Анализирует эффективность организации досуговой деятельности и массовых мероприятий в области физической культуры и спорта	ПК-9.3 Использует в работе с обучающимися информационные ресурсы для развития познавательного интереса в области физической культуры; предоставляет информацию о дополнительном образовании, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, и осуществляет помощь в их самостоятельном освоении

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Устный опрос

Под устным опросом понимается метод, направленный на сбор первичной информации, при котором человек отвечает на целый ряд вопросов.

Примерные вопросы

Какие должности в сфере физической культуры определяют современные профессиональные стандарты?

Какими ведомственными актами определяются требования к учебным предметам «Физическая культура» и «Адаптивная физическая культура»? Приведите пример по одному из уровней образования.

Какими разделами «Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих» определяется должность при приеме в образовательную или физкультурно-спортивную организацию?

Какие статьи включает в себя Международная Хартия физического воспитания и спорта (1978 г.)?

Критерии оценивания устного опроса:

Критерий	Балл
Точность терминологии	1 балл
Степень осознанности, понимания изученного	2 балла
Полнота и правильность ответа	2 балла
Максимальный балл	5

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины
а) основная литература
Щербак А. П. Правовые основы физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2022. 103 с.
Щербак А. П. Правовые основы физической культуры и спорта в таблицах : учебное пособие для вузов. Санкт-Петербург: Лань, 2022. 136 с.
б) дополнительная литература
Алексеев С. В. Международное спортивное право: учебник. Москва: ЮНИТИ, 2020. 895 с.
Алексеев С. В. Спортивное право: договорные отношения в спорте : учебное пособие для вузов / С. В. Алексеев, М. О. Буянова, А. В. Чеботарев. Москва: Издательство Юрайт, 2020. 107 с.
Алексеев С. В. Спортивное право России. Москва: ЮНИТИ, 2020. 1055 с.
Безуглов Э. Н., Ачкасов Е. Е. Олимпийское образование. Основы антидопингового обеспечения спорта. Москва: Издательский дом «Спорт», 2019. 288 с.
в) программное обеспечение
Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:
Microsoft Windows
Microsoft Office
Kaspersky Endpoint Security длябизнеса - Стандартный Russian Edition

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины
1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К.Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
Главные особенности изучения дисциплины:
Стратегия освоения студентами правовых основ физической культуры и спорта выстраивается в следующем порядке:
1) перечисление законодательных актов и составление их перечня в табличной и схематичной форме, таким образом, осуществляется дифференциация (выявление различающихся объектов);
2) объединение законодательных актов по видам управления (государственное, местное, общественное), таким образом, выявляются общие свойства;
3) обозначение (категоризация), т.е. установление иерархической последовательности законодательных актов, их взаимосвязей;
4) использование нормативно-правовых актов при проектировании образовательных программ.
Характерной чертой дидактических поисков, связанных с организацией учебно-познавательной деятельности студентов, является ориентация на специальное обучение поисковым процедурам, формирование правовой культуры.
Поисковая активность связана с оживленным учебным диалогом, в ходе которого студенты активно обмениваются мнениями друг с другом, а не только с преподавателем. Дидактические функции дискуссии связываются с двоякого рода задачами: 1) задачи конкретно-содержательного плана; 2) задачи организации взаимодействия в группе студентов. К сфере задач первого рода относятся:
- осознание студентами противоречий, трудностей, связанных с обсуждаемой правовой проблемой;
- актуализация ранее полученных знаний;

- творческое переосмысление возможностей их применения, включения их в новый правовой контекст.
К сфере задач второго рода относятся:
- распределение ролей в группах;
- выполнение коллективной задачи;
- согласованность в обсуждении проблемы и выработка общего, группового подхода;
- соблюдение специально принятых правил и процедур совместной поисковой деятельности.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.
При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe. Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины
1. Оборудованные аудитории – столы, стулья, доска, экран, телевизор;
2. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
3. Материалы для итогового и промежуточного контроля;
4. Раздаточный материал;
5. Нормативно-правовые акты;
6. Компьютер, принтер, сканер, ксерокс, мультимедиа, интерактивная доска.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении
13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы
Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		9
Контактная работа с преподавателем (всего)	8	8
В том числе:		
Лекции	4	4
Практические занятия (ПЗ)	4	4
Самостоятельная работа (всего)	64	64
В том числе:		
Информационно-аналитическая работа	24	24
Подготовка к тестированию	8	8
Подготовка к устному опросу	16	16
Проектирование оценочных средств	16	16
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Общая трудоемкость (часов)	72	72
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	2	2

13.2. Содержание дисциплины
13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№		Кол-во часов

	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: История нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта в России	2	-	-	22	24
1.1.	Тема: Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	-	-	-	3	3
1.2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	-	-	-	3	3
1.3	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	-	-	-	3	3
1.4	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	-	-	-	3	3
1.5	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	-	-	-	3	3
1.6	Тема: Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	1	-	-	2	3
1.7	Тема: Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	1	-	-	5	6
2	Раздел: Реализация государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации	-	4	-	4	30
2.1	Тема: Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	2	3
2.2	Тема: Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	4	5
2.3	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	4	5
2.4	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	-	-	5	5

2.5	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	-	1	-	4	5
2.6	Тема: Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	-	-	-	7	7
3	Раздел: Нормативно-правовые акты международных спортивных организаций	2	-	-	16	18
3.1	Тема: Совет Европы и спорт	1	-	-	6	7
3.2	Тема: Международное спортивное движение	1	-	-	10	11
Всего:		4	4	-	64	72

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Зарождение нормативно-правовой базы с середины XVII века до начала XX в.	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
2	Создание нормативно-правовой базы в условиях победы и утверждения Советской власти (1917-1930 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
3	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции РСФСР (1917–1924 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
4	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1924–1936 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
5	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1936–1977 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
6	Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта на основе Конституции СССР (1977–1991 гг.)	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
7	Нормативно-правовые основы сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)
8	Осуществление государственной власти на основе Конституции Российской	Подготовка информационно-аналитических материалов (систематизирующая таблица по теме)

	Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка к тестированию
9	Осуществление государственной власти на основе федеральных законов Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ федеральных законов Российской Федерации) Подготовка к тестированию
10	Осуществление государственной власти на основе актов Президента Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Президента Российской Федерации) Подготовка к тестированию
11	Осуществление государственной власти на основе актов Правительства Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Правительства Российской Федерации) Подготовка к тестированию
12	Осуществление государственной власти на основе актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
13	Осуществление государственной власти на основе актов субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта (на примере Ярославской области)	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ актов Ярославской области) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию
14	Совет Европы и спорт	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Европы) Подготовка к тестированию
15	Международное спортивное движение	Подготовка информационно-аналитических материалов (анализ нормативных актов Олимпийского, Паралимпийского, Сурдлимпийского движения, Специальной Олимпиады) Проектирование оценочных средств, описание их спецификации Подготовка к тестированию

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«19» апреля 2022г.
Программа учебной дисциплины

Программа учебной дисциплины

К.М. 08.08 Методика обучения предмету «Физическая культура»

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование

(профиль Физическая культура и спорт)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчики:
Доцент кафедры
МБОС и ТФК, к.п.н. О.Г. Трофимова О.Г.

Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой, профессор **В.Н. Левин**

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Методика обучения предмету «Физическая культура» – формирование готовности у студентов к реализации различных методик обучения в области физической культуры в школе.

Основными ***задачами*** курса являются:

- понимание современных технологий учебно-воспитательного процесса по физической культуре;
- овладение навыками проведения урока физкультуры в рамках новых ФГОС;
- развитие умений четко и обоснованно применять современные методики проведения уроков физической культуры.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП):

Дисциплина включена в **обязательную часть ОПОП,** методически модуль.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	**Формулировка**		
ОПК-5	Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	ОПК-5.1. Демонстрирует готовность к осуществлению системного анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению ОПК-5.2. Планирует свои действия по контролю и оценке формирования результатов образования обучающихся и объективному анализу полученных результатов ОПК-5.3. Решает профессиональные задачи, связанные с выявлением трудностей в обучении и проектированием системы коррекционно-развивающей работы с обучающимися	Информационно-аналитические материалы (подготовка)
ОПК-9	Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	ОПК-9.1 Решает задачи профессиональной деятельности с применением современных информационных технологий. ОПК-9.4 Оценивает потенциальные риски и ограничения информационных технологий при решении задач профессиональной деятельности.	Информационно-аналитические материалы (подготовка)
ПК-1	Способен разрабатывать и реализовать учебные и развивающие занятия для детей, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках основных и дополнительных образовательных программ	ПК-1.3. Подбирает подходы к обучению в соответствии с особенностями контингента обучающихся	Информационно-аналитические материалы (подготовка)
ПК-5	ПК-5 Способен разрабатывать	ПК-5.4. Выстраивает свой индивидуальный образовательный маршрут по освоению основной	Информационно-аналитические материалы

	индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные образовательные программы (в том числе развивающие) обучающихся и программы своего профессионального роста и личностного развития	профессиональной образовательной программы, выбранного направления и профиля ПК-5.5. Оценивает результаты своей образовательной деятельности по освоению выбранной профессии	(подготовка)

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц.

Вид учебной работы	**Всего часов**	**Семестры**		
				8
Контактная работа с преподавателем (всего)	**44**			**44**
В том числе:				
Лекции	16			16
Практические работы (ПР)	28			28
Самостоятельная работа (всего)	**28**			**28**
В том числе:				
Информационно-аналитическая работа (подготовка)	28			24
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)				**Зачет с оценкой**
Общая трудоемкость (часов)	**72**			**72**
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	**2**			**2**

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	**Наименование раздела дисциплины**	**Наименование тем**
1	Методика преподавания предмета «Физическая культура» в системе подготовки бакалавров.	- Педагогические системы предмета «Физическая культура».
2	Основная форма организации учебного процесса по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования.	- Организационно-методические основы различных форм проведения внеурочной деятельности и неурочных форм построения занятий по физическому воспитанию детей школьного возраста. - Теоретико-методические подходы к построению учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	**Раздел:** Методика преподавания предмета «Физическая культура» в системе подготовки бакалавров.	**8**	**14**		**18**	**40**
1.1.	Тема: Педагогические системы предмета «Физическая культура».	8	14		18	40
2	**Раздел:** Основная форма организации учебного процесса по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования.	**8**	**14**		**10**	**32**
2.1.	Тема: Организационно-методические основы различных форм проведения внеурочной деятельности и неурочных форм построения занятий по физическому воспитанию детей школьного возраста.	4	8		10	22
2.2.	Тема: Теоретико-методические подходы к построению учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».	4	6			10
		16	**28**		**28**	**72**

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

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Педагогические системы предмета «Физическая культура».	Подготовка информационно-аналитических материалов
2	Организационно-методические основы различных форм проведения внеурочной деятельности и неурочных форм построения занятий по физическому воспитанию детей школьного возраста.	Подготовка информационно-аналитических материалов
3	Теоретико-методические подходы к построению учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».	Подготовка информационно-аналитических материалов

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) – не предусмотрены

6.3. Примерная тематика рефератов – не предусмотрены

7. Фонды оценочных средств

7.1. Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций
Педагогические системы предмета «Физическая культура».	Информационно-аналитические материалы	ОПК-1, ОПК-9 ПК-1, ПК-5
Организационно-методические основы различных форм проведения внеурочной деятельности и неурочных форм построения занятий по физическому воспитанию детей школьного возраста.	Информационно-аналитические материалы	ОПК-1, ОПК-9 ПК-1, ПК-5
Теоретико-методические подходы к построению учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».	Информационно-аналитические материалы	ОПК-1, ОПК-9 ПК-1, ПК-5

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение практических занятий – 1 балл. Работа на практических занятиях предполагает оценивание за участие выполнении предлагаемых заданий, их презентации и обсуждении, а также в обсуждении и представление результатов самостоятельной работы. Выполнение заданий для самостоятельной работы – от 1 до 10 баллов (в зависимости от сложности заданий).

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	**Форма контроля**	**Мин. Кол-во баллов**	**Макс. Кол-во баллов**
Контроль посещаемости	Посещение лекционных и практических занятий	28	48
	Итого	***28***	***48***
Контроль работы на практических занятиях и представление результатов самостоятельной работы	Педагогические системы предмета «Физическая культура».	6	10
	Организационно-методические основы различных форм проведения внеурочной деятельности и неурочных форм построения занятий по физическому воспитанию детей школьного возраста.	6	10
	Теоретико-методические подходы к построению учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».	6	10
	Итого	***18***	***30***

	Промежуточная аттестация	***6***	***10***
Всего в семестре		**52**	**88**

7.1.1. Информационно-аналитические материалы (подготовка)

Информационно-аналитические материалы – вид образовательной продукции, подготавливаемой студентами в ходе информационно-аналитической деятельности (работы с различными источниками информации). Информационно-аналитические материалы позволяют оценить сформированность умений первичного понимания, интерпретации и преобразования информации, логически ее обосновать, дать оценку как всей совокупности фактов, отраженных в тексте, так и каждому их них в отдельности. работа по подготовке информационно-аналитических материалов создает условия для формирования способности связывать с изучаемым источником информации полученные ранее теоретические знания, сквозь призму которых изучаемое содержание уточняется, детализируется, становится более содержательным, информативным. Толкование источника информации допускает также создание собственного нового смысла с целью установки диалога последнего с первоначальным авторским смыслом.

Результаты аналитической работы оформляются и представляются в виде сборника понятий, логико-смысловых моделей, схем, концептуальной таблицы.

Примеры заданий для подготовки информационно-аналитических материалов:

1. Составьте глоссарий по теме «Физкультурное образование в школе».
2. Подготовьте методический дайджест (обзор) статей журнала «Физкультура в школе», посвященных оценке образовательных результатов по физической культуре. В обзоре отразите позиции:
   - описываемый инструментарий для проведения оценки;
   - направления применения в контексте реализуемого содержания и формируемых образовательных результатов;
   - технологические аспекты применения (состав действий по проектированию и реализации в учебном процессе).

Критерии оценивания продуктов информационно-аналитической работы

Критерий	Балл
Осуществляет запрос и получение информации	0,4
Интерпретирует информацию в контексте рассматриваемой проблемы	0,4
Выбирает основания и критерии для сравнения, оценки, классификации и систематизации информации	0,4
Создает информационный продукт на основе критического осмысления и преобразования и информации	0,4
Делает выводы и принимает решения на основе полученной информации	0,4
Максимальный балл	**2**

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

1. Рейтинговый балл, соответствующий зачету, предполагает активную работу практических занятиях, в том числе и по представлению результатов самостоятельной работы.
2. Допуск к промежуточной аттестации по итогам семестра предполагает, что минимальный балл для получения по итогам освоения учебной дисциплины должен быть не менее 24 баллов в 7 семестре.

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом

промежуточной аттестации по дисциплине:

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка
			Квантитативная оценка
Высокий	На высоком уровне демонстрирует готовность к осуществлению системного анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению. Планирует свои действия по контролю и оценке формирования результатов образования обучающихся и объективному анализу полученных результатов. Решает профессиональные задачи, связанные с выявлением трудностей в обучении и проектированием системы коррекционно-развивающей работы с обучающимися. Решает задачи профессиональной деятельности с применением современных информационных технологий. Оценивает потенциальные риски и ограничения информационных технологий при решении задач профессиональной деятельности. Подбирает подходы к обучению в соответствии с особенностями контингента обучающихся. Выстраивает свой индивидуальный образовательный маршрут по освоению основной профессиональной образовательной программы, выбранного направления и профиля. Оценивает результаты своей образовательной деятельности по освоению выбранной профессии.	**77-88**	**Отлично**
Повышенный	На достаточно высоком уровне демонстрирует готовность к осуществлению системного анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению. Планирует свои действия по контролю и оценке формирования результатов образования обучающихся и объективному анализу полученных результатов. Решает профессиональные задачи, связанные с выявлением трудностей в обучении и проектированием системы коррекционно-развивающей	**64-76**	**Хорошо**

	работы с обучающимися. Решает задачи профессиональной деятельности с применением современных информационных технологий. Оценивает потенциальные риски и ограничения информационных технологий при решении задач профессиональной деятельности. Подбирает подходы к обучению в соответствии с особенностями контингента обучающихся. Выстраивает свой индивидуальный образовательный маршрут по освоению основной профессиональной образовательной программы, выбранного направления и профиля. Оценивает результаты своей образовательной деятельности по освоению выбранной профессии.		
Базовый	На среднем уровне демонстрирует готовность к осуществлению системного анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению. Планирует свои действия по контролю и оценке формирования результатов образования обучающихся и объективному анализу полученных результатов. Решает профессиональные задачи, связанные с выявлением трудностей в обучении и проектированием системы коррекционно-развивающей работы с обучающимися. Решает задачи профессиональной деятельности с применением современных информационных технологий. Оценивает потенциальные риски и ограничения информационных технологий при решении задач профессиональной деятельности. Подбирает подходы к обучению в соответствии с особенностями контингента обучающихся. Выстраивает свой индивидуальный образовательный маршрут по освоению основной профессиональной образовательной программы, выбранного направления и	**52-63**	**Удовлетворительно**

	профиля. Оценивает результаты своей образовательной деятельности по освоению выбранной профессии.		
Низкий	**Не проявляет должного уровня компетенций**	**Менее 52**	**Неудовлетворительно**

7.2.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ОПК-5, ОПК-9	**ПК-1, ПК-5**
Информационно-аналитические материалы (подготовка)	
ОПК-5.1. Демонстрирует готовность к осуществлению системного анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению ОПК-5.2. Планирует свои действия по контролю и оценке формирования результатов образования обучающихся и объективному анализу полученных результатов ОПК-5.3. Решает профессиональные задачи, связанные с выявлением трудностей в обучении и проектированием системы коррекционно-развивающей работы с обучающимися ОПК-9.1 Решает задачи профессиональной деятельности с применением современных информационных технологий. ОПК-9.4 Оценивает потенциальные риски и ограничения информационных технологий при решении задач профессиональной деятельности.	ПК-1.3. Подбирает подходы к обучению в соответствии с особенностями контингента обучающихся ПК-5.4. Выстраивает свой индивидуальный образовательный маршрут по освоению основной профессиональной образовательной программы, выбранного направления и профиля ПК-5.5. Оценивает результаты своей образовательной деятельности по освоению выбранной профессии

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Информационно-аналитические материалы (подготовка)

Информационно-аналитические материалы – вид образовательной продукции, подготавливаемой студентами в ходе информационно-аналитической деятельности (работы с различными источниками информации). Информационно-аналитические материалы позволяют оценить сформированность умений первичного понимания, интерпретации и преобразования информации, логически ее обосновать, дать оценку как всей совокупности фактов, отраженных в тексте, так и каждому их них в отдельности. работа по подготовке информационно-аналитических материалов создает условия для формирования способности связывать с изучаемым источником информации полученные ранее теоретические знания, сквозь призму которых изучаемое содержание уточняется, детализируется, становится более содержательным, информативным. Толкование источника информации допускает также создание собственного нового смысла с целью установки диалога последнего с первоначальным авторским смыслом.

Результаты аналитической работы оформляются и представляются в виде сборника понятий, логико-смысловых моделей, схем, концептуальной таблицы.

Примеры заданий для подготовки информационно-аналитических материалов:

1. Составьте схему подчинения по теме «Физкультурное образование в школе».
2. Подготовьте методический дайджест (обзор) статей журнала «Физкультура в школе», посвященных оценке образовательных результатов по физической культуре. В обзоре отразите позиции:

– описываемый инструментарий для проведения оценки;

– направления применения в контексте реализуемого содержания и формируемых образовательных результатов;

– технологические аспекты применения (состав действий по проектированию и реализации в учебном процессе).

Критерии оценивания продуктов информационно-аналитической работы

Критерий	Балл
Осуществляет запрос и получение информации	2
Интерпретирует информацию в контексте рассматриваемой проблемы	2
Выбирает основания и критерии для сравнения, оценки, классификации и систематизации информации	2
Создает информационный продукт на основе критического осмысления и преобразования и информации	2
Делает выводы и принимает решения на основе полученной информации	2
Максимальный балл	**10**

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная литература

1. Железняк Ю.Д., Минбулатов В.М., Теория и методика обучения предмету "физическая культура", М, Академия, 2010, 272с

2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., Теория и методика физического воспитания и спорта, М, Академия, 2003, 480с

3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., Теория и методика физической культуры и спорта, М, Академия, 2011, 480с

4. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе, М, Владос, 2004, 176с

б) дополнительная литература

1. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта [Текст]. – М., 2001
2. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: Учебное пособие. – М., 2000

в) программное обеспечение

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

– Microsoft Windows
– Microsoft Office
– Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks – полнотекстовая база учебных и учебно-

методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для преподавателя и обучающихся по освоению дисциплины

Главные особенности изучения дисциплины:

– *практикоориентированность,* изучение каждой темы курса готовит студента к решению определенной профессиональной задачи и предполагает не только формирование теоретической основы для ее решения, но и развитие практических умений в сфере организации отдельных этапов педагогического процесса;

– *субъектноориентированность,* в процессе изучения дисциплины каждый студент может выстроить индивидуальный маршрут своей образовательной деятельности, определяя в рамках модуля в целом и отдельной темы индивидуальные цели, выбирая уровень освоения материала, проектируя желаемые результаты;

– *рефлексивность,* технология изучения дисциплины предполагает постоянное обращение студента к формируемым у него профессионально значимым компетенциям, по итогам изучения каждой темы и при оформлении методического кейса необходимо самостоятельно оценивать результаты своей образовательной деятельности, определяя причины возникающих проблем и перспективы дальнейшего развития умений решать профессиональные задачи;

– *рейтинговость,* в рамках дисциплины действует балльно-рейтинговая система, каждая тема включает в себя разноуровневые задания, оцениваемые в диапазоне от одного до трех баллов и задания для самостоятельной работы, выполняя которые студент может получить три балла, получаемые в процессе работы баллы суммируются и учитываются при выставлении оценки в аттестационные недели, по итогам изучения дисциплины;

– *преемственность*, изучение дисциплины является необходимой составляющей освоения методического модуля, осваиваемые в рамках отдельных тем элементы компетенций и формируемый студентами субъективный опыт решения профессиональных задач, необходимы для успешной работы в период педагогической практики в образовательных учреждениях и дальнейшей самостоятельной профессиональной деятельности.

Программа дисциплины предполагает проведение по каждой теме практических занятий. Тематический план включает 8 тем, изучение которых направлено на формирование профессионально значимых компетенций, связанных оценкой и диагностикой образовательных результатов по учебному предмету «География».

При реализации содержания программы следует предусмотреть использование разнообразных современных образовательных технологий, способствующих развитию у студентов критического мышления, самостоятельности, коммуникативных навыков, креативности, создания коллаборативной учебной среды для раскрытия потенциальных возможностей и компетенций будущих педагогов. Основной акцент практикума сделан на овладение умениями и навыками проектирования оценочных средств, их реализации с последующей интерпретацией полученных результатов. Усилению практико-ориентированного характера дисциплины могут способствовать различные виды самостоятельной работы студентов, направленные на отработку как универсальных, так и методических способов деятельности.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe. Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Оборудованные аудитории – столы, стулья, доска, экран, телевизор;
2. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
3. Материалы для итогового и промежуточного контроля;
4. Раздаточный материал;
5. Хрестоматийный материал;
6. Компьютер, принтер, сканер, ксерокс, мультимедиа, интерактивная доска.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет **2** зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	14 триместр
Контактная работа с преподавателем (всего)	**14**	**14**
В том числе:		
Лекции	**6**	**6**
Практические занятия (ПЗ)	**8**	**8**
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	**58**	**58**
В том числе:		
Информационно-аналитическая работа (подготовка)	**58**	**58**
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		**Зачет с оценкой**
Общая трудоемкость (часов)	**72**	**72**
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	**2**	**2**

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часо

						в
1	**Раздел:** Методика преподавания предмета «Физическая культура» в системе подготовки бакалавров.	**2**	**2**		**28**	**32**
1.1.	Тема: Педагогические системы предмета «Физическая культура».	2	2		18	32
2	**Раздел:** Основная форма организации учебного процесса по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования.	**4**	**6**		**30**	**40**
2.1.	Тема: Организационно-методические основы различных форм проведения внеурочной деятельности и неурочных форм построения занятий по физическому воспитанию детей школьного возраста.	2	2		15	19
2.2.	Тема: Теоретико-методические подходы к построению учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».	2	4		15	21
		6	**8**		**58**	**72**

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы студентов**
1	Педагогические системы предмета «Физическая культура».	Подготовка информационно-аналитических материалов
2	Организационно-методические основы различных форм проведения внеурочной деятельности и неурочных форм построения занятий по физическому воспитанию детей школьного возраста.	Подготовка информационно-аналитических материалов
3	Теоретико-методические подходы к построению учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».	Подготовка информационно-аналитических материалов

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«19» апреля 2022г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.10.04 Биомеханика

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование
(профиль «Физическая культура и спорт»)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчик:
Профессор кафедры
МБОС и ТФК, д.б.н. А.В. Муравьев

Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой, профессор В.Н. Левин

1. **Цели и задачи дисциплины**

Цель дисциплины <u>«Биомеханика»</u> - формирование у студентов необходимого объема знаний, навыков, умений и представлений в области биомеханики.

Основными ***задачами*** курса являются:

- **понимание**
- биомеханики физических упражнений; биомеханических приемов анализа движений;
- **овладение навыками**
- анализа элементов спортивной техники, необходимых в профессиональной деятельности педагога по физической культуре.
- **развитие умений**

прогнозировать развитие двигательных качеств юных спортсменов, элементами отбора и прогноза спортивной подготовленности, на основе знания возрастных закономерностей развития движений.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП):

Дисциплина «Биомеханика» включена в вариативную часть профессионального цикла дисциплин ОПОП, относится к медико-биологическому модулю КМ.10.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ПК-8

КОМПЕТЕНЦИИ		**Индикаторы**	**Оценочные средства**
Шифр	**Формулировка**		
ПК-8	Способен осуществляет профессиональ ную деятельность опираясь на комплексные знания медикобиологических основ спорта.	ПК-8.1. Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомофизиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.2 Планирует и реализует учебный и тренировочный процесс, используя знания о биомеханике физических упражнений, биомеханических приемах анализа движений и элементов спортивной техники.	Зачет по вопросам, Ведение тетради, Оформление практической работы, Оценивание устных либо письменных ответов, Реферат, Устное сообщение.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			7
Контактная работа с преподавателем (всего)		44	44
Лекции		20	20
Практические занятия		24	24
Самостоятельная работа (всего)		**28**	**28**
В том числе:			
Подготовка устных сообщений		7	7
Выполнение письменных заданий в тетради		6	6
Подготовка к письменной проверочной работе		7	7
Реферат		8	8
Вид промежуточной аттестации		**Зачет с оценкой**	**Зачет с оценкой**
Общая трудоемкость	**часов**	**72**	**72**
	зачетных единиц	**2**	**2**

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Общие вопросы биомеханики	Введение, предмет и история биомеханики
		Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека
		Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека
		Биомеханические аспекты управления движениями человека
		Биомеханика двигательных качеств
2	Частные вопросы биомеханики	Спортивно-техническое мастерство
		Дифференциальная биомеханика: онтогенез моторики, особенности моторики женщин
		Движения вокруг осей
		Сохранение положения тела. Движения на месте
		Локомоторные движения
		Перемещающие движения

5.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции (час.)	Практические занятия (час.)	Самостоя-тельная работа студентов (час.)	Всего часов
1.	**Раздел: Общие вопросы биомеханики**				
1.1	Тема: Введение, предмет и история биомеханики	**1**	**2**	**2**	**5**
1.2	Тема: Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека	**1**	**4**	**4**	**9**
1.3	Тема: Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека	**2**	**4**	**4**	**10**
1.4	Тема: Биомеханические аспекты управления движениями человека	**2**	**4**	**3**	**8**
1.5	Тема: Биомеханика двигательных качеств	**2**	**4**	**3**	**8**
2	**Раздел: Частные вопросы биомеханики**				
2.1	Тема: Спортивно-техническое мастерство	**2**	**2**	**2**	**6**
2.2	Тема: Дифференциальная биомеханика: онтогенез моторики, особенности моторики женщин	**2**	**2**	**2**	**6**
2.3	Тема: Сохранение положения тела. Движения на месте	**2**	**2**	**2**	**6**
2.4	Тема: Движения вокруг осей	**2**	**3**	**2**	**5**
2.5	Тема: Локомоторные движения		**3**	**2**	**5**
2.6	Тема: Перемещающие движения			**2**	**4**
Всего:		**16**	**30**	**26**	**72**

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

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1.1	Введение, предмет и история биомеханики	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат
1.2	Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе
1.3	Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе
1.4	Биомеханические аспекты управления движениями человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе

1.5	Биомеханика двигательных качеств	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе
2.1	Спортивно-техническое мастерство	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Реферат
2.2	Дифференциальная биомеханика: онтогенез моторики, особенности моторики женщин	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе
2.3	Сохранение положения тела. Движения на месте	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной поверочной работе
2.4	Движения вокруг осей	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе
2.5	Локомоторные движения	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе
2.6	Перемещающие движения	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрена учебным планом.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Биомеханика двигательного аппарата человека.
2. Биомеханика костной системы.
3. Биомеханика мышечной системы.
4. Биомеханические характеристики движений человека.
5. Кинематическая и динамическая структуры при анализе двигательных действий человека.
6. Биомеханические основы управления движениями человека как системами.
7. Биомеханика двигательных качеств.
8. Биомеханические основы спортивно-технического мастерства.
9. Количественный и качественный биомеханический анализ движений.
10. Дифференциальная биомеханика (онтогенез моторики, особенности моторики женщин, основы прогноза).
11. Движения вокруг осей.
12. Сохранение положения тела и движения на месте
13. Локомоторные движения (биомеханика ходьбы и бега)
14. Перемещающие движения. Биомеханика спортивных метаний.
15. Биомеханические основы ударных движений.

7 Фонды оценочных средств

7.1 Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций (указать шифр)
Введение, предмет и история биомеханики	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Биомеханические аспекты управления движениями человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Биомеханика двигательных качеств	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Спортивно-техническое мастерство	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Дифференциальная биомеханика: онтогенез моторики, особенности моторики женщин	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Сохранение положения тела. Движения на месте	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Движения вокруг осей	Подготовка устных сообщений	ПК-8.1

	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.2
Локомоторные движения	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2
Перемещающие движения	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	ПК-8.1 ПК-8.2

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания

Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещаемость занятий 0.5 балла
Зачет с оценкой – от 10 до 50 баллов;
Устное сообщение 1-3 баллов
Выполнение письменных заданий 1-3 баллов
Выполение письменной проверочной работы 1-3 баллов
Реферат 1- 5 баллов возможно написание 2 рефератов за период обучения

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	**Форма контроля**	**Мин. Кол-во баллов**	**Макс. Кол-во баллов**
Контроль посещаемости	**Посещение лекционных, практических занятий**	**0,5**	**4**
	Итого	**0,5**	**15198**
Контроль работы на занятиях	**Наименование темы**	**Мин. Кол-во баллов**	**Макс. Кол-во баллов**
	Введение, предмет и история биомеханики	**4**	**9**
	Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека	**4**	**9**
	Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека	**4**	**9**
	Биомеханические аспекты управления движениями человека	**4**	**9**
	Биомеханика двигательных качеств	**4**	**9**
	Спортивно-техническое мастерство	**4**	**9**
	Дифференциальная биомеханика:	**4**	**9**

	онтогенез моторики, особенности моторики женщин		
	Сохранение положения тела. Движения на месте	**4**	**9**
	Движения вокруг осей	**4**	**9**
	Локомоторные движения	**4**	**9**
	Перемещающие движения	**4**	**9**
	Итого	**44**	**99**
Всего в семестре		**44+19**	**99+19+10**
Промежуточная аттестация – зачет с оценкой		10	50
ИТОГО		**73**	**178**
Подготовка к практическим занятиям является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов			

Примеры заданий для практических занятий

Практические задания – учебные задания (комплекс заданий), выполняемые студентом под руководством преподавателя (самостоятельно) с целью усвоения научно-теоретических основ дисциплины, приобретения навыков и опыта творческой деятельности, овладения современными методами решения профессиональных задач, в том числе исследовательского характера.
Примеры заданий для практических занятий:

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях

Критерий	**Балл**
Корректное использование профессиональных понятий и терминов в речи	1 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	1 балла
Полнота выполнения задания	1 балл
Правильность выполнения заданий	1 балл
Максимальный балл	**3**

7.1.1. Реферат

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. При теоретическом анализе темы необходим корректный выбор источников информации и ссылки на них.

Критерии оценивания заданий, при выполнении реферата

Критерий	**Балл**
Соответствие содержания и темы работы	1 балл
Выбор приемлемых источников информации	1 балла
Структура и оформление работы	1 балла
Оригинальность и самостоятельность работы	2 балла
Максимальный балл	**5**

7.1.2. Устное сообщение

Устное сообщение студента позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки. Ответ может содержать подготовленное выступление на заданную тему (доклад) или устные пояснения к обязательным материалам занятия. Данное средство может включать в себя

презентацию, т.е документ или комплект документов, предназначенный для представления чего-либо (организации, проекта, продукта и т.п.).

Примеры тем для устных сообщений:

1. *Биомеханические основы управления движениями человека как системами.*
2. *Биомеханика двигательных качеств.*

Критерии оценивания заданий, при выполнении устного сообщения

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	1 балл
Логика и грамотность в изложении	1 балла
Наличие презентации по теме	1 балла
Максимальный балл	**3**

7.1.3. Письменное задание в тетради

Письменное задание в тетради *(конспект или иное задание)* (от лат. *conspectus* – обзор) – письменная (рукописная) дословная фиксация основных положений исходного текста, в соответствии с поставленной проблемой.

Пример письменного задания:

Используя различные источники информации, сделайте конспект по теме биомеханика опорно-двигательного аппарата. Опишите и проанализируйте биомеханические свойства мышечной и скелетной систем. Сделайте ссылки на источники.

Критерии оценивания заданий, выполненных письменных заданий

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	1 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	1 балла
Оригинальность предлагаемых решений	1 балла
Максимальный балл	**3**

7.1.4. Письменная проверочная работа

Письменная проверочная работа – вид деятельности студента, при которой он в письменной форме отчитывается по материалам пройденных тем. Данный вид оценочного средства может включать оценивание отдельных теоретических вопросов по теме занятия, письменное решение ситуационной задачи, решение тестового задания.

Пример задания для письменной проверочной работы:

Охарактеризуйте этапы развития моторики в онтогенезе.

Критерии оценивания заданий, при выполнении письменной проверочной работы

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов	1 балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	1 балла
Точность и лаконичность ответов	1 балла
Максимальный балл	**3**

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине учитывается частичное

формирование указанных компетенций на базовом уровне.

1. Использование балльно-рейтинговой системы. В ней учитываются:

- Зачет с оценкой по вопросам
- Реферат (подготовка) – не более 4 в период обучения
- Письменная проверочная работа
- Устное сообщение
- Письменные задания в тетради
- Посещаемость занятий

2. Минимальный балл для аттестации студента по дисциплине с оценкой удовлетворительно должен быть не менее 90.

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	**Качественная характеристика**	**Количественный показатель (баллы БРС)**	**Оценка**
			Квантитативная
высокий	ПК-8.1. Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.2 Планирует и реализует учебный и тренировочный процесс, используя знания о биомеханике физических упражнений, биомеханических приемах анализа движений и элементов спортивной техники.	**178-140**	**отлично**
повышенный	ПК-8.1. Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.2 Планирует и реализует учебный и тренировочный процесс, используя знания о биомеханике физических упражнений, биомеханических приемах анализа движений и элементов спортивной техники.	**139-100**	**хорошо**
базовый	ПК-8.1. Частично решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и	**100-90**	**удовлетворительно**

	индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.2 Планирует и частично реализует учебный и тренировочный процесс, используя знания о биомеханике физических упражнений, биомеханических приемах анализа движений и элементов спортивной техники.		
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	**89 и ниже**	**Неудовлетворительно**

7.2.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ПК-8.1. Частично решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.2 Планирует и частично реализует учебный и тренировочный процесс, используя знания о биомеханике физических упражнений, биомеханических приемах анализа движений и элементов спортивной техники.	Зачет с оценкой Реферат (подготовка) Письменная проверочная работа Устное сообщение Письменное задание в тетради

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. При теоретическом анализе темы необходим корректный выбор источников информации и ссылки на них.

Критерии оценивания заданий, при выполнении реферата

Критерий	**Балл**
Соответствие содержания и темы работы	1 балл
Выбор приемлемых источников информации	1 балла
Структура и оформление работы	1 балла
Оригинальность и самостоятельность работы	2 балла
Максимальный балл	**5**

Устное сообщение студента позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки. Ответ может содержать подготовленное выступление на заданную тему (доклад) или устные пояснения к обязательным материалам занятия. Данное средство может включать в себя

презентацию, т.е документ или комплект документов, предназначенный для представления чего-либо (организации, проекта, продукта и т.п.).

Примеры тем для устных сообщений:

3. *Биомеханические основы управления движениями человека как системами.*
4. *Биомеханика двигательных качеств.*

Критерии оценивания заданий, при выполнении устного сообщения

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	1 балл
Логика и грамотность в изложении	1 балла
Наличие презентации по теме	1 балла
Максимальный балл	**3**

Письменное задание в тетради *(конспект или иное задание)* (от лат. *conspectus* – обзор) – письменная (рукописная) дословная фиксация основных положений исходного текста, в соответствии с поставленной проблемой.

Пример письменного задания:
Используя различные источники информации, сделайте конспект по теме биомеханика опорно-двигательного аппарата. Опишите и проанализируйте биомеханические свойства мышечной и скелетной систем. Сделайте ссылки на источники.

Критерии оценивания заданий, выполненных письменных заданий

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	1 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	1 балла
Оригинальность предлагаемых решений	1 балла
Максимальный балл	**3**

Письменная проверочная работа – вид деятельности студента, при которой он в письменной форме отчитывается по материалам пройденных тем. Данный вид оценочного средства может включать оценивание отдельных теоретических вопросов по теме занятия, письменное решение ситуационной задачи, решение тестового задания.

Пример задания для письменной проверочной работы:

Охарактеризуйте этапы развития моторики в онтогенезе.

Критерии оценивания заданий, при выполнении письменной проверочной работы

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов	1 балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	1 балла
Точность и лаконичность ответов	1 балла
Максимальный балл	**3**

Зачет с оценкой

Устный зачет сдается студентом при недостатке рейтинговых баллов, полученных при выполнении заданий в течение периода обучения, либо при желании студента повысить рейтинговые баллы и получить более высокую оценку. На зачете студент должен ответить на вопросы из разделов дисциплины, выбранных преподавателем.

Зачет с оценкой дает возможность получить от 10 до 50 баллов, которые суммируются с полученными ранее балами.

Программа зачета с оценкой.

1. Биологические и механические явления в живых системах.
2. Предмет биомеханики, связь ее с другими науками.
3. Основные понятия кинематики. Описание движений человека в пространстве и во времени.
4. Основные понятия и законы динамики движения человека.
5. Геометрия масс тела человека и способы ее определения.
6. Взаимодействия человека с внешней средой. Основные силовые взаимодействия.
7. Биомеханические свойства мышечной и скелетной систем.
8. Вращательные движения человека, их основные понятия и определения.
9. Способы управления движением вокруг осей.
10. Расчет механической работы, совершаемой при движении человеком.
11. Внешняя и внутренняя работа. Вертикальная и продольная работа.
12. Рекуперация энергии при локомоциях. Способы рекуперации энергии в теле человека.
13. Методы измерения работы и энергии при движениях человека.
14. Этапы преобразования энергии при движении.
15. Механические колебания мышц.
16. Распространение ударных волн в теле человека.
17. Волновые процессы в движениях человека.
18. Биомеханика ходьбы и бега.
19. Перемещающие движения.
20. Локомоторные движения.
21. Биомеханика ударных действий.
22. Индивидуальные и групповые особенности моторики.
23. Биомеханика двигательных качеств.
24. Строение двигательных действий.
25. Биомеханика и спортивная техника.
26. Биомеханические черты спортивного мастерства.
27. Биомеханический контроль в спорте.
28. Онтогенез моторики.
29. Противоречия совершенствования в движениях и их разрешение средствами биомеханики.
30. Противоречия обучения движениям и их разрешение средства ми биомеханики.
31. Методология искусственной управляющей и предметной сред,
32. Основные понятия теории управления.
33. Способы организации управления в самоорганизуемых биомеханических системах.
34. Биологические обратные связи в практике физкультурно-спортивной работы.
35. Способы и средства коррекции двигательных действий человека.
36. Математическое моделирование движений.
37. Прямая и обратная задачи механики в приложении к движениям человека.
38. Способы оценки планируемых показателей двигательных действий спортсменов.
39. Уровни управления движениями в организме человека.
40. Упругие рекуператоры энергии, их разновидности.
41. Способы и биомеханические технические средства формирования ритмо-скоростной основы двигательного навыка.
42. Способы и биомеханические технические средства формирования силовых и скоростно-силовых качеств.
43. Биомеханические средства и методы выведения спортсменов на рекордную результативность.

Критерии оценивания ответов на зачете с оценкой

Критерий	Балл
Соблюдение заданной структуры ответа	10
Разнообразие представленных в докладе точек зрения на проблему	10
Логика и грамотность изложения материала	10
Использование профессиональной терминологии	10
Использование примеров при объяснении	10
Максимальный балл	**50**

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная литература

1. Муравьев А.В. и др., Биомеханика физических упражнений, Ярославль, ЯГПУ, 2007, 92с.
2. Муравьев А.В. и др., Введение в биомеханику физических упражнений, Ярославль, ЯГПУ, 2014, 240с.
3. Баранцев С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников [Электронный ресурс] : монография / С.А. Баранцев. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — 978-5-9718-0493-2. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/40772.html

б) дополнительная литература

1. Попов Г.И.М, Биомеханика, М, Академия, 2005, 256с
2. Дубровский В.И., Федорова В.Н., Биомеханика, М, Владос-Пресс, 2003, 0с.
3. Попов Г.И., Биомеханика, М, Академия, 2009, 0с.
4. Попов Г.И., Самсонова А.В., Биомеханика двигательной деятельности, М, Академия, 2011, 320с.
5. Курысь В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Н. Курысь. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2013. — 368 с. — 978-5-9718-0629-5. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/40770.html

в) программное обеспечение

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
- ЭПС «Система Гарант-Максимум»
- ЭПС «Консультант Плюс»

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для преподавателя и обучающихся по освоению дисциплины

- *практикоориентированность,* изучение каждой темы курса готовит студента к решению определенной профессиональной задачи и предполагает не только формирование теоретической основы для ее решения, но и развитие практических умений в сфере организации отдельных этапов педагогического процесса;

- *субъектноориентированность,* в процессе изучения дисциплины каждый студент может выстроить индивидуальный маршрут своей образовательной деятельности, определяя в рамках модуля в целом и отдельной темы индивидуальные цели, выбирая уровень освоения материала, проектируя желаемые результаты;

- *рефлексивность,* технология изучения дисциплины предполагает постоянное обращение студента к формируемым у него профессионально значимым компетенциям, по итогам изучения каждой темы и при оформлении портфолио необходимо самостоятельно оценивать результаты своей образовательной деятельности, определяя причины возникающих проблем и перспективы дальнейшего развития умений решать профессиональные задачи;

- *рейтинговость,* в рамках дисциплины действует балльно-рейтинговая система, каждая тема включает в себя разноуровневые задания, оцениваемые в диапазоне от одного до трех баллов и задания для самостоятельной работы, выполняя которые студент может получить три балла, получаемые в процессе работы баллы суммируются и учитываются при выставлении оценки в аттестационные недели, по итогам изучения дисциплины;

- *преемственность***,** изучение дисциплины является необходимой составляющей освоения модуля «Воспитательная деятельность», осваиваемые в рамках отдельных тем элементы компетенций и формируемый студентами субъективный опыт решения профессиональных задач, необходимы для успешной работы в период педагогической практики в образовательных учреждениях и дальнейшей самостоятельной профессиональной деятельности.

Программа дисциплины предполагает проведение по каждой теме лекционных, практических занятий. Тематический план включает 10 тем, изучение которых направлено на формирование профессионально значимых компетенций.

Практические задания в рамках изучения дисциплины предполагают осуществление практической деятельности обучающегося в конкретном детском коллективе.

Для эффективности изучения дисциплины рекомендуется:

1. Четко структурировать занятия, отводя достаточное количество времени для проведения мероприятий текущего контроля, освоения новой темы, самостоятельную работу студентов с учебниками, пособиями и ресурсами Интернет.
2. Подробно информировать студентов о требованиях, предъявляемых преподавателем по подготовке к занятиям по данной дисциплине. При этом использовать раздаточный материал, содержащий: план занятия, вопросы для самостоятельного изучения, требования по оформлению письменных заданий в тетради, вопросы к экзамену.
3. При изучении биомеханики двигательного аппарата использовать наглядный материал (таблицы, плакаты, атласы, анатомические препараты и т. д.). Использовать учебные пособия и методические рекомендации.
4. При анализу кинематики и динамики двигательных действий необходимо использовать системно-структурный подход, подчеркивать роль биомеханически обоснованных движений при построении спортивной техники. Выявлять особенности развития движений в онтогенезе, Необходимо опираться на знания, полученные студентами во время учебы в школе по курсу физики и биологии, обращаться к соответствующим разделам анатомии, биохимии и физиологии.
5. Использовать методические рекомендации и учебные пособия, разработанные преподавателями кафедры.
6. При выполнении расчетных работ использовать доступное компьютерное программирование в среде Windows на базе цифрового редактора Excel.

7. При выполнении домашних заданий (расчетные работы, письменные отчеты) отчеты, результаты их выполнения можно высылать на адрес электронной почты преподавателя дисциплины.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe.

Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов БРС.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Специализированная мебель;
2. Мультимедийный проектор Sanio;
3. Переносной экран, ноутбук,
4. Пластиковые барельефы мышц и внутренних органов;
5. Анатомические атласы;
6. Пластиковый макет системы скелета.
7. Установка с мультимедийным проектором для показа презентаций.
8. Интерактивная доска,
9. Велоэргометр, эргометрическая беговая дорожка.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы

Вид учебной работы		**Всего часов**	**триместр**
			13
Контактная работа с преподавателем (всего)		**14**	**14**
Лекции		6	6
Практические занятия (семинары)		8	8
Самостоятельная работа (всего)		**58**	**58**
Реферат		8	8
Подготовка к устным ответам и сообщениям		10	10
Подготовка к письменной работе		20	20
Выполнение письменных заданий в тетради		18	18
Вид промежуточной аттестации		Зачет	Зачет
Общая трудоемкость	**часов**	**72**	**72**
	зачетных единиц	**2**	**2**

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	**Наименование раздела дисциплины и, входящих в него, тем**	**Лекции (час.)**	**Лабораторные занятия (час.)**	**Самостоя-тельная работа**	**Всего часов**

				студентов (час.)	
1.	**Раздел: Общие вопросы биомеханики**				
1.1	Тема: Введение, предмет и история биомеханики	**1**	**-**	**5**	**5**
1.2	Тема: Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека		**2**	**6**	**9**
1.3	Тема: Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека		**2**	**6**	**8**
1.4	Тема: Биомеханические аспекты управления движениями человека	**1**	**-**	**5**	**6**
1.5	Тема: Биомеханика двигательных качеств		**-**	**5**	**5**
2	**Раздел: Частные вопросы биомеханики**				
2.1	Тема: Спортивно-техническое мастерство	**2**	**-**	**5**	**7**
2.2	Тема: Дифференциальная биомеханика: онтогенез моторики, особенности моторики женщин		**2**	**6**	**8**
2.3	Тема: Сохранение положения тела. Движения на месте	**2**	**2**	**5**	**9**
2.4	Тема: Движения вокруг осей			**5**	**5**
2.5	Тема: Локомоторные движения			**5**	**5**
2.6	Тема: Перемещающие движения			**5**	**5**
Всего:		**6**	**8**	**58**	**72**

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

1. Специализированная мебель;
2. Мультимедийный проектор Sanio;
3. Переносной экран, ноутбук,
4. Пластиковые барельефы мышц и внутренних органов;
5. Анатомические атласы;
6. Пластиковый макет системы скелета.
7. Установка с мультимедийным проектором для показа презентаций.
8. Велоэргометр, эргометрическая беговая дорожка.

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (час.)
1	**Раздел: Общие вопросы биомеханики**		
1.1	Введение, предмет и история биомеханики	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе Реферат	1 1 1 1 1
1.2	Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе	2 2 2
1.3	Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе	2 2 2
1.4	Биомеханические аспекты управления движениями человека	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе	2 2 1
1.5	Биомеханика двигательных качеств	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе	2 2 1
2	**Раздел: Частные вопросы биомеханики**		
2.1	Спортивно-техническое мастерство	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Реферат	5
2.2	Дифференциальная биомеханика: онтогенез моторики, особенности моторики женщин	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе	2 2 2
2.3	Сохранение положения тела. Движения на месте	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе	2 2 2
2.4	Движения вокруг осей	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе	2 1 2
2.5	Локомоторные движения	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради	2 1 2

		Подготовка к письменной проверочной работе	
2.6	Перемещающие движения	Подготовка устных сообщений Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к письменной проверочной работе	2 1 2

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«19» апреля 2022г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.10.06 Спортивная медицина

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование
(профиль «Физическая культура и спорт»)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчики:
профессор каф. МБОС и ТФК, д.м.н. В.А. Маргазин

доцент каф. МБОС и ТФК, к.м.н. А.В. Коромыслов

Утверждено на заседании кафедры

МБОС и ТФК
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой В.Н. Левин

1. Цель и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «спортивная медицина» – сформировать у студентов знания, исследовательские и практические умения по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Основными ***задачами*** курса являются:

- понимание основ организации и содержания медицинского обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом; задач и содержание физического воспитания в школе; общей и спортивной патологии, методах профилактики спортивного травматизма;
- овладение навыками обследования школьников (антропометрия и соматоскопия) на предмет определения физического развития; проведения функциональных пробы и умение оценивать функциональное состояние занимающихся физкультурой и спортом;
- развитие умений распределения школьников на медицинские группы и дать рекомендации по временному освобождению от занятий физической культурой.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы (ОП):

Дисциплина включена в **вариативную часть ОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

КОМПЕТЕНЦИИ		**Индикаторы**	**Оценочные Средства**
Шифр	**Формулировка**		
ПК-8	Способен осуществляет профессиональную деятельность опираясь на комплексные знания медико-биологических основ спорта	ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды	Реферат Тест Решение ситуационной задачи Компетентностно-ориентированный тест
		ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц.

Вид учебной работы	**Всего часов**	**Семестр**
		7
Контактная работа с преподавателем (всего)	**44**	**44**
Лекции	20	20
Лабораторные работы	24	24
Самостоятельная работа (всего)	**28**	**28**
В том числе:		
Подготовка к тесту	8	8
Решение ситуационных задач	12	12
Подготовка рефератов	8	8

Вид итогового контроля		зачет	зачет
Общая трудоемкость	часов	72	72
	зачетных единиц	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	**Характеристика и определение физического развития, функциональных резервов и физических качеств спортсмена**	Учение о физическом развитии Характеристики функционального состояния организма спортсменов Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов.
2	**Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физкультурой и спортом**	Медико-педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий и соревнований. Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола. Медико-педагогические наблюдения за физическим воспитанием школьников и студентов. Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами Средства восстановления спортивной работоспособности
3	**Основы общей и спортивной патологии**	Заболевания спортсменов Спортивный травматизм и его предупреждение Основы первой доврачебной помощи

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Лекции	Лабораторные работы	Самостоя -тельная работа
1.	**Характеристика и определение физического развития, функциональных резервов и физических качеств спортсмена**	**8**	**8**	**16**
1.1	Учение о физическом развитии	2	2	4
1.2	Характеристика функционального состояния спортсменов	2	2	4
1.3	Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов	2	2	4

1.4	Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов	2	2	4
2.	**Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физкультурой и спортом**	**8**	**10**	**16**
2.1	Медико-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий и соревнований	2	2	2
2.2	Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола	1	2	2
2.3	Медико-педагогическое наблюдение за физическим воспитанием школьников и студентов	2	2	4
2.4	Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами	1	2	4
2.5	Средства восстановления спортивной работоспособности	2	2	4
3	**Основы общей и спортивной патологии**	**4**	**6**	**12**
3.1	Заболевания спортсменов	1	2	4
3.2	Спортивный травматизм и его предупреждение	2	2	4
3.3	Основы первой доврачебной помощи.	1	2	4
Итого:		20	24	44

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

6.1 Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№	Тема дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Учение о физическом развитии	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
2	Характеристика функционального состояния спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
3	Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи
4	Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи
5	Медико-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий и соревнований	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
6	Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
7	Медико-педагогическое наблюдение за физическим воспитанием школьников и студентов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
8	Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
9	Средства восстановления спортивной работоспособности	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
10	Заболевания спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
11	Спортивный травматизм и его предупреждение	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
12	Основы первой доврачебной помощи	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) Не предусмотрено**.**

6.3. Примерная тематика рефератов:

1. Предмет, цели и задачи спортивной медицины.
2. Развитие спортивной медицины в России.
3. Организация спортивной медицины в России.
4. Организация медицинского обеспечения занимающихся физкультурой и спортом.
5. Медицинское обследование занимающихся физкультурой и спортом.
6. Кабинет врачебного контроля.
7. Врачебно-физкультурный диспансер, задачи, структура, организация.
8. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. Организация медицинского обеспечения.
9. Понятие о генотипе, фенотипе. Телосложение. Конституция.
10. Морфофункциональные показатели физического развития.

11. Методы исследования физического развития.
12. Понятие об осанке.
13. Оценка осанки (правильная осанка, типы нарушений осанки).
14. Формы стопы.
15. Плоскостопие.
16. Форма грудной клетки.
17. Состав тела.
18. Определение веса жировой массы тела (по Матейки).
19. Определение абсолютного количества мышечной ткани (по Матейки).
20. Определение активной массы тела.
21. Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта.
22. Модельные характеристики спортсменов.
23. Понятие о срочном, отставленном, кумулятивном тренировочных эффектах.
24. Формы организации врачебно-педагогических наблюдений. Оперативные, текущие и этапные наблюдения.
25. Самоконтроль в процессе тренировок и соревнований.
26. Методы исследования, используемые при врачебно-педагогическом наблюдении.
27. Оценка и критерии степени утомления.
28. Понятие о тренированности, функциональной готовности.
29. Оценка функционального состояния нервной системы.
30. Оценка функционального состояния сенсорной системы.
31. Оценка функционального состояния нервно-мышечной системы.
32. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы.
33. Оценка функционального состояния дыхательной системы.
34. Основные механизмы влияния физических упражнений на организм человека.
35. Задачи и содержание медико-педагогического наблюдения при занятиях физической культурой.
36. Абсолютные противопоказания к занятиям физической культурой.
37. Методы медицинского наблюдения при занятиях физической культурой (субъективные и объективные).
38. Организация и проведение медико-педагогических наблюдений за физическим воспитанием школьников и студентов.
39. Понятие о медицинских группах.
40. Критерии распределения школьников на группы занятий физической культурой (основную, подготовительную, специальную).
41. Допуск к занятиям физической культурой после перенесенных заболеваний и травм.
42. Понятие о спортивном травматизме.
43. Причины спортивного травматизма.
44. Спортивный травматизм при занятиях физической культурой.
45. Особенности спортивного травматизма в отдельных видах спорта.
46. Травмы при занятиях физической культурой и спортом.
47. Общая характеристика спортивного травматизма.
48. Внешние и внутренние факторы спортивного травматизма.
49. Травмы опорно-двигательного аппарата.
50. Повреждение кожных покровов.
51. Травмы нервной системы.
52. Травмы внутренних органов.
53. Травмы носа, уха, гортани, зубов, глаз.
54. Профилактика спортивных травм.

7. Фонды оценочных средств

7.1 Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций (указать шифр)
Учение о физическом развитии	Тест	ПК-8
Характеристика функционального состояния спортсменов	Тест, реферат	ПК-8
Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов	Тест, реферат, решение ситуационной задачи	ПК-8
Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов	Тест, реферат	ПК-8
Медико-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий и соревнований	Тест	ПК-8
Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола	Тест, решение ситуационной задачи	ПК-8
Медико-педагогическое наблюдение за физическим воспитанием школьников и студентов	Тест, реферат	ПК-8
Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами	Тест, реферат	ПК-8
Средства восстановления спортивной работоспособности	Тест, реферат	ПК-8
Заболевания спортсменов	Тест, решение ситуационной задачи	ПК-8
Спортивный травматизм и его предупреждение	Тест	ПК-8
Основы первой доврачебной помощи	Тест, решение ситуационной задачи	ПК-8

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение лекционных занятий –1 балл.

Решение теста по теме занятия – 0-5 баллов (в зависимости от количества верных ответов).

Предоставление пошагово решенной ситуационной задачи – 0 – 5

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	**Форма контроля**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
Контроль посещаемости	**Посещение лекционных занятий**	**0**	**10**
	Итого	**0**	**10**

	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
Контроль работы на занятиях	Учение о физическом развитии	3	5
	Характеристика функционального состояния спортсменов	3	10
	Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов	3	10
	Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов	3	10
	Медико-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий и соревнований	3	5
	Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола	3	5
	Медико-педагогическое наблюдение за физическим воспитанием школьников и студентов	3	10
	Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами	3	10
	Средства восстановления спортивной работоспособности	3	10
	Заболевания спортсменов	3	5
	Спортивный травматизм и его предупреждение	3	5
	Основы первой доврачебной помощи	3	5
Всего в семестре		**36**	**90**
Промежуточная аттестация		31	48
ИТОГО		**67**	**148**
Подготовка к практическим занятиям является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов			
К промежуточной аттестации не допускаются обучающиеся, набравшие в течение семестра менее 96 баллов			

Примеры заданий для практических занятий

Практические задания – учебные задания (комплекс заданий), выполняемых студентом под руководством преподавателя (самостоятельно) с целью усвоения научно-теоретических основ дисциплины, приобретения навыков и опыта творческой деятельности, овладения современными методами решения профессиональных задач, в том числе исследовательского характера. В процессе текущего контроля оценивается качество усвоения учебного материала по теме практической работы и качество оформления отчета:

1. Заполнить таблицу по предложенному шаблону.
2. Выполнить контрольный тест по теме.
3. Решить ситуационную задачу.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях

Критерий	Балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	0,5 балла

Наличие кратких логичных выводов с корректным использованием необходимой терминологии	0,5 балла
Максимальный балл	**1**

7.1.1. Тест

Тесты – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Оценочное средство носит комплексный характер и может быть использовано для определения уровня проявления всех компонентов компетенции: знаний, умений, владений (опыта выполнения определенных действий).

Примеры заданий для теста

1**. Термин «спортивная медицина» включает:**

а) метод определения функционального состояния спортсменов,
б) метод наблюдений спортсменов на тренировках и соревнованиях,
в) система медицинского обеспечения всех контингентов, занимающихся физкультурой и спортом,
г) изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников,
д) всё перечисленное.

2**. Цель и задачи спортивной медицины включают всё перечисленное, кроме:**

а) специализированного лечения высококвалифицированных спортсменов,
б) содействие эффективности физического воспитания с целью укрепления здоровья и повышение трудоспособности,
в) организации и проведения лечебно-профилактических и санитарно – гигиенических мероприятий при занятиях физкультурой и спортом,
г) выявления ранних признаков заболеваний и повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физкультурой и спортом.

3. **Для занятий физическим воспитанием выделяют следующие медицинские группы:**

а) сильная, ослабленная специальная,
б) основная, подготовительная, специальная,
в) физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные,
г) первая – без отклонений в состоянии здоровья, вторая – с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, третья – больные.

4**. Врачебные обследования перед каждым соревнованием обязательны в следующих видах спорта:**

а) бокс, лыжные гонки, бег на средние дистанции, гимнастика, хоккей с мячом,
б) метание диска, прыжки с шестом, санный спорт, коньки, хоккей на льду,
в) тяжёлая атлетика, горнолыжный спорт, борьба, мотоспорт, хоккей на льду,
г) подводный спорт, марафонский бег, бокс, тяжёлая атлетика, лыжи-80 км.

Критерии оценивания тестов

Критерий	Балл
от 90% правильных ответов и выше	5 баллов
от 75% до 90% правильных ответов	4 балла
от 60% до 75% правильных ответов	3 балла
до 60 % правильных ответов	2–1 балла
Максимальный балл	**5**

7.1.2. Ситуационная задача

Ситуационная задача – тип заданий, позволяющий обучающемуся осваивать интеллектуальные операции последовательно в процессе работы с информацией: ознакомление – понимание – применение – анализ – синтез – оценка/вывод. Специфика ситуационной задачи заключается в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный характер, но для ее решения необходимо конкретное предметное знание.

Пример задания для решения ситуационной задачи по теме: «основы первой доврачебной помощи»:

Условие: В результате занятия спортом у спортсмена возникает ранение лучевой артерии в дистальной части предплечья. Необходимо перечислить мероприятия для временной остановки кровотечения и осуществить на одногруппнике

Критерии оценивания ситуационной задачи

Критерий	**Балл**
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	1 балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2 балла
Практическая направленность	1 балл
Самостоятельное выполнение заданий работы	1 балл
Максимальный балл	**5**

7.1.3. Реферат

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.

Критерии оценивания реферата

Критерий	**Балл**
Содержание соответствует заявленной теме	1 балл
Продемонстрирована способность к самостоятельной исследовательской работе	1 балл
Обоснованный выбор источников информации	1 балл
Соблюдение требований к оформлению	1 балл
Содержит выводы	1 балл
Максимальный балл	**5**

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

К зачету допускаются студенты, которые систематически, в течение всего семестра работали на занятиях и показали уверенные знания по вопросам, обсуждавшимся на практических занятиях.

Зачет ставится при соблюдении следующих требований:

1. Выполнение не менее 50% от общего числа практических работ.
2. Оценка не ниже «удовлетворительно» за итоговый контрольный тест по курсу.

Уровень	**Качественная**	**Количественный**	**Оценка**

проявления компетенций	Характеристика	показатель (баллы БРС)	Квалита-тивная
Высокий	ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	39-43	**Зачтено**
повышенный	ПК-6.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-6.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	35-38	
Базовый	ПК-6.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды	26-34	
Низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	0–25	**не зачтено**

7.2.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ПК-8	
Компетентностно-ориентированный тест	
Вопросы теста	
ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды	1-28
ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	29-38
Решение ситуационной задачи	

ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Компетентностно-ориентированный тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня проявления компетенций у студента.

Тест для зачета по курсу содержит 38 вопросов из 12 тем курса. Все вопросы с выбором одного верного ответа. Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл. Зачет необходимо набрать минимум 23 балла из 38 возможных.

Пример вопросов компетентностно-ориентированного теста

1. **Задачами врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом являются:**
   а) содействие физическому воспитанию населения,
   б) определение состояния здоровья и функционального состояния физкультурников и спортсменов,
   в) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения,
   г) медицинское обеспечение всех спортивных мероприятий,
   д) всё перечисленное.
2. **Различают следующие медицинские группы учащихся для занятий физвоспитанием, исключая:**
   а) лица с физическими дефектами
   б) подготовительная
   в) основная
   г) специальная
3. **Медицинская характеристика учащихся подготовительной группы для занятий физвоспитанием включает:**
   а) лиц без отклонений в состоянии здоровья, физически развитых
   б) лиц с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, физически не подготовленных
   в) лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья или без отклонений в состоянии здоровья, физически подготовленные
   г) здоровых с недостаточным физическим развитием и слабой физической подготовкой
   д) правильно б) и г)
4. **Допустимая физическая нагрузка для занятий физвоспитаний учащихся основной медицинской группы включает все перечисленное, кроме**
   а) занятий в специальной группе
   б) занятий в спортивной секции
   в) занятий по учебным программам физвоспитания в полном объеме
   г) участия в соревнованиях

Критерии оценивания компетентностно-ориентированного теста

Критерий	Балл
Правильное решение поставленного вопроса	38
Максимальный балл	**38**

Ситуационная задача

Решение ситуационных задач, характеризующих различные закономерности роста и развития ребенка, способствует развитию навыков самостоятельной работы студентов, дальнейшему повышению теоретической подготовки, умению на практике использовать эти знания и полученные навыки. Для зачета необходимо получить 3 балла из 5-ти.

Критерии оценивания решений ситуационной задачи

Критерий	Балл
Разработка алгоритма безопасного способа поведения в чрезвычайной ситуации.	2
Анализ факторов вредного и опасного влияния элементов среды обитания	1
Принятие обоснованных решений и разработка плана действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.	2
Максимальный балл	**5**

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Руководство по спортивной медицине / под ред. В.А. Маргазина. – СПб.: СпецЛит, 2012.
2. Медико-педагогическая направленность оздоровительной физкультуры и спорта: учебное пособие / авторы В.А Маргазин, А.Д. Викулов, А.В Коромыслов –Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2011.

б) Дополнительная литература:

1. В.Л. Карпман. Спортивная медицина.- М:. ФиС, 1980.
2. В.А. Маргазин, А.В. Коромыслов и соавт. Гигиена физкультуры и спорта. СПБ:. Спец. Лит. 2010.
3. В.А. Маргазин, А.В. Коромыслов и соавт. Спортивный травматизм. - Ярославль. 2009.
4. В.А. Маргазин, А.В. Коромыслов и соавт. Физическое развитие. - Ярославль. 2008.

в) программное обеспечение:

1. Электронные версии тестов для студентов по СМ. (Разработаны преподавателем)
2. Электронные варианты примерных комплексов ЛГ при травмах и переломах. (Разработаны преподавателем)

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К.Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В ходе учебных занятий формировать у студентов не только профессионально-прикладные умения и навыки, но и знакомить их с основами исследовательской деятельности, которая наполняет основной программный материал более глубоким образовательным смыслом, наглядно демонстрируя взаимосвязь показателей физической и функциональной подготовленности с достижениями в своем виде спорта.

При выполнении контрольных работ студенты должны проявить всесторонние знания предмета изучения, умение всесторонне анализировать реакции организма на физическую

нагрузку; сопоставлять их с развитием организма; рассматривать варианты восстановления спортивной работоспособности, проявляя знание важнейших методических процессов исследования организма спортсмена.

Под самостоятельной работой в данном курсе подразумеваются выполнение домашних заданий, подготовка устных выступлений, рефератов, разработка планов реабилитации спортсменов.

На практических и лекционных занятиях используется демонстрационный материал в форме мультимедийных презентаций.

Для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов используется бально-рейтинговая система оценки, при которой учитываются посещаемость, успеваемость и активность на учебных занятиях.

Вопросы зачета

1. Предмет, цели и задачи спортивной медицины.
2. Медицинское обследование занимающихся физической культурой.
3. Медицинское обследование занимающихся спортом.
4. Кабинет врачебного контроля, задачи, структура и организация.
5. Врачебно-физкультурный диспансер, задачи, структура, организация.
6. Медицинское обеспечение массовых форм физической культуры.
7. Медицинское обеспечение детей и подростков, занимающихся физкультурой.
8. Первичное обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
9. Повторное обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
10. Дополнительное обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
11. Врачебно-спортивная консультация.
12. Учение о физическом развитии.
13. Понятие о конституции.
14. Основные морфофункциональные показатели физического развития.
15. Методы исследования физического развития.
16. Соматоскопия.
17. Антропометрия.
18. Осанка (правильная осанка и типы нарушений осанки, сколиозы).
19. Формы стопы.
20. Плоскостопие.
21. Определение жировой массы тела (по Матейки).
22. Показатели физического развития.
23. Абсолютное количество мышечной ткани (по Матейки).
24. Определение активной массы тела.
25. Оценка результатов исследования физического развития.
26. Метод антропометрических стандартов.
27. Понятие о тренированности.
28. Оценка функционального состояния нервно-мышечной системы.
29. Формы организации врачебно-педагогического наблюдения.
30. Самоконтроль в процессе тренировок.
31. Классификация восстановительных средств.
32. Педагогические средства восстановления.
33. Психологические средства восстановления.
34. Абсолютные противопоказания к занятиям физической культурой.
35. Методы врачебного контроля при занятиях физической культурой (субъективные и объективные).
36. Причины заболеваний у спортсменов.
37. Причины заболеваний непосредственно связанные со спортом – нагрузка, нерациональный режим и условия тренировки, быта, питания.

38. Распределение школьников на медицинские группы.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

1.весы медицинские,
2.ростомер,
3.динамометры,
4.тонометры,
5.велоэргометр,
6.секундомеры,
7.спирометры,
8.калиперметр,
9.фонендоскопы,
10.кушетка медицинская,
11.набор ступенек.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении.

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет **2** зачетные единицы.

Вид учебной работы	**Всего часов**	**14 триместр**
Контактная работа с преподавателем (всего)	**18**	**18**
В том числе:		
Лекции	**6**	**6**
Практические занятия (ПЗ)		
Лабораторные работы (ЛР)	**12**	**12**
Самостоятельная работа (всего)	**54**	**54**
В том числе:		
Информационно-аналитическая работа (подготовка)	**54**	**54**
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		**Зачет с оценкой**
Общая трудоемкость (часов)	**72**	**72**
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	**2**	**2**

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№	**Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем**	**Лекции**	**Лабораторные работы**	**Самостоя -тельная работа**

1.	**Характеристика и определение физического развития, функциональных резервов и физических качеств спортсмена**	**2**	**4**	**20**
1.1	Учение о физическом развитии	0,5	1	5
1.2	Характеристика функционального состояния спортсменов	0,5	1	5
1.3	Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов	0,5	1	5
1.4	Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов	0,5	1	5
2.	**Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физкультурой и спортом**	**2**	**5**	**20**
2.1	Медико-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий и соревнований	0,4	1	4
2.2	Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола	0,4	1	4
2.3	Медико-педагогическое наблюдение за физическим воспитанием школьников и студентов	0,4	1	4
2.4	Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами	0,4	1	4
2.5	Средства восстановления спортивной работоспособности	0,4	5	4
3	**Основы общей и спортивной патологии**	**2**	**3**	**14**
3.1	Заболевания спортсменов	1	1	6
3.2	Спортивный травматизм и его предупреждение	0,5	1	4
3.3	Основы первой доврачебной помощи.	0,5	1	4
Итого:		6	12	54

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№	Тема дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Учение о физическом развитии	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
2	Характеристика функционального состояния спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
3	Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи

4	Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи
5	Медико-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий и соревнований	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
6	Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
7	Медико-педагогическое наблюдение за физическим воспитанием школьников и студентов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
8	Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
9	Средства восстановления спортивной работоспособности	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
10	Заболевания спортсменов	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
11	Спортивный травматизм и его предупреждение	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата.
12	Основы первой доврачебной помощи	Подготовка к решению теста. Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
19» апреля 2022г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.10.07 Лечебная физическая культура

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование
(профиль «Физическая культура и спорт»)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчики:
профессор каф. МБОС и ТФК, д.м.н. В.А. Маргазин

доцент каф. МБОС и ТФК, к.м.н. А.В. Коромыслов

Утверждено на заседании кафедры

МБОС и ТФК
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой Левин В.Н.

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины Формирование систематизированных знаний в области ЛФК и массажа.

Задачи:

1). Повысить уровень знаний теории создания комплекса ЛФК при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм;

2). Ознакомить с теоретическими основами лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа;

3). Привить навыки практической деятельности использования ЛФК и массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и для реабилитации.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы (ОП):

Дисциплина «ЛФК» включена в вариативную часть **ОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

КОМПЕТЕНЦИИ		**Индикаторы**	**Оценочные Средства**
Шифр	**Формулировка**		
ПК-8	Способен осуществляет профессиональную деятельность опираясь на комплексные знания медико-биологических основ спорта	ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды	Реферат Тест Решение ситуационной задачи Компетентностно-ориентированный тест
		ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет _2_ зачетные единицы.

Вид учебной работы		Всего часов	8 Семестр
Аудиторные занятия (всего)		**48**	**48**
Лекции		20	20
Лабораторные занятия		28	28
Самостоятельная работа (всего)		**24**	**24**
Подготовка к тесту		8	8
Решение ситуационных задач		8	8
Подготовка рефератов		8	8
Вид итогового контроля		зачет	зачет
Общая трудоемкость	часов	72	72
	зачетных единиц	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
1	Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	Основные этапы возникновения и развития ЛФК. Общие основы лечебных физических упражнений (физическая активность как биологический раздражитель, стимулирующий процессы роста, развития и формирования организма). Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма. Основные механизмы влияния лечебной физической культуры. Типы лечебно-профилактических учреждений и их характеристика. Организация занятий по ЛФК в стационаре, поликлинике, санатории. Формы проведения занятий ЛФК. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и массируемому, поза массируемого.
2	Формы и методы проведения упражнений ЛФК	Оздоравливающие двигательные режимы. Гиподинамия и физическая деятельность. Виды упражнений ЛФК. Методы функциональной и патогенетической терапии. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Методические принципы и формы ЛФК. Систематизация физических упражнений по анатомическому признаку и по степени нагрузки и активности. Формы ЛФК (физические упражнения в воде, ходьба, терренкур, туризм, механотерапия, спортивно-прикладные упражнения).
3	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	Критерии допустимости нагрузок ЛФК (80—120 сердечных сокращений в мин.). Принципы тренировок в ЛФК: постоянность выполнения упражнений по предписанию врача, постепенность нарастания нагрузки и увеличения амплитуды движений. Режимы двигательной активности в лечебно-профилактических учреждениях. Методические приемы дозирования физических нагрузок по ЧСС и др. Врачебно-педагогический контроль за переносимостью и эффективностью дозировки лечебно-физкультурных комплексов и массаже по назначению.
4	Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболевании суставов	Упражнения без отягощений и с отягощениями для улучшения биомеханики и объема движений в суставах, увеличения опорной функции и силы мышц. Занятия на тренажерах и в воде.
5	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	Улучшение кровообращения в органах и тканях под влиянием упражнений ЛФК. Влияние умеренных мышечных нагрузок на микроциркуляцию мышечного кровотока, состояние тканей опорно-двигательного аппарата. Профилактическая роль упражнений ЛФК при повышенном риске ишемической болезни сердца, атеросклерозе, нарушениях биохимического состава и свертывающей функции крови. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. Клинико-физиологическое обоснование выбора упражнений ЛФК, показания и противопоказания к ЛФК при различных стадиях болезни. Методика ЛФК для больных при инфаркте миокарда, гипертонии, ишемической болезни сердца.

6	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	Использование ЛФК и массажа для улучшения состояния верхних дыхательных путей, проходимости носоглотки, бронхов, нормализации потребления кислорода тканями организма, улучшения функции межреберных мышц и диафрагмы, нормализации диффузионной способности легких, улучшения общего газообмена.
7	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	Снижение сосудистого тонуса, механизм перераспределения кровяного потока по организму. Нормализация деятельности нервной системы, мэндокринных желез, функции почек. Снижается возбудимость нервно-мышечного аппарата сосудистой стенки. Комплексы ЛФК при гипертонии 1 и 2 степени. Виды и способы массажа при гипертонии 3 и 4 степени.
8	Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени и других нарушениях обмена веществ	Показания и противопоказания к использованию ЛФК. Методика ЛФК при нарушениях углеводного, белкового, жирового, минерального и гормонального обмена веществ у человека. Локальное и общее воздействие с применением гидромассажа. Упражнения с отягощениями, на тренажерах, ЛФК в сочетании с гидропроцедурами, диетой и ограничением потребления жидкостей.
9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	Врачебно-педагогический контроль за переносимостью физических нагрузок. Использование упражнений ЛФК в качестве общетонизирующего средства, для стимуляции крово- и лимфообращения, перистальтики, улучшения секреторной функции, нормализации эвакуации гумуса. Методы врачебно-педагогического контроля состояния пациента с учетом вида упражнений ЛФК, дозировки, ритма и темпа выполнения, сочетания с установленной диетой и другими лечебными средствами. Физиологическая кривая нагрузок ЛФК при групповых занятиях во Врачебно-физкультурных диспансерах.
10	Методика ЛФК и массажа при неврозах, врачебно-педагогический контроль	Улучшение функции центральной и периферической нервных систем, повышение адаптивных способностей организма к неблагоприятным факторам внешней среды, стимуляция умственной и физической работоспособности. Показания и противопоказания к проведению ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения, полиомиелите, неврозах, миастении, миопатии. Влияние ЛФК на улучшение передачи нервных импульсов от коры через спинной мозг к мышцам, облегчение двигательных функций. Методика проведения ЛФК при различных двигательных нарушениях. Принципы реабилитации больных с травмами головного мозга. Дозирование нагрузок ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Раздел дисциплины	Лекции 20	Лабораторные работы 28	Самостоятельная работа 24

1	Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	2	2	2
2	Формы и методы проведения упражнений ЛФК	2	2	2
3	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	2	2	4
4	Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболеваниях суставов	2	2	2
5	Факторы риска заболевания сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК в их профилактике	2	4	2
6	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	2	4	2
7	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике. Комплексы ЛФК при гипертонии	2	4	2
8	Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени и других нарушениях обмена веществ	2	2	4
9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	2	2	2
10	Методика ЛФК и массажа при неврозах, врачебно-педагогический контроль	2	4	2

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

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№	Тема дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
2	Формы и методы проведения упражнений ЛФК	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
3	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.
4	Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболеваниях суставов.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
5	Факторы риска заболевания сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК в их профилактике	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
6	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
7	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.

	их профилактике. Комплексы ЛФК при гипертонии.	
8	Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени и других нарушениях обмена веществ.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.
9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.
10	Методика ЛФК и массажа при неврозах, врачебно-педагогический контроль	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.

6.2. Тематика курсовых работ (проектов)

Не предусмотрено**.**

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Оптимизация деятельности органов сердечно-сосудистой системы методами ЛФК и массажа.
2. Оптимизация деятельности центральной нервной системы пациентов методами ЛФК и массажа.
3. Оптимизация деятельности органов пищеварения методами ЛФК и массажа.
4. Использование методов ЛФК для профилактики преждевременного развития утомления у работников операторского профиля.
5. Использование методов ЛФК для профилактики преждевременного развития утомления у работников умственного труда.
6. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики преждевременного развития утомления у работников физического труда.
7. Использование методов ЛФК для борьбы с нарушениями обмена веществ у подростков и лиц молодого возраста.
8. Использование методов ЛФК для борьбы с нарушениями обмена веществ у лиц пожилого возраста.
9. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений у больных сердечно-сосудистыми заболеваниями.
10. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений у больных при острых инфекционных заболеваниях.
11. Использование методов ЛФК при почечно-каменной болезни.
12. Использование методов ЛФК у больных с хроническими инфекционными поражениями почек.
13. Использование методов ЛФК у больных с ревматическими поражениями суставов.
14. Использование методов ЛФК у больных для реабилитации после стрессов.
15. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений при родах (в 1 и 2 половины срока).
16. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений при сахарном и не сахарном диабетах.
17. Использование методов ЛФК для профилактики отеков при нарушении обмена веществ.
18. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при гипертонической болезни и вегетолистонии.
19. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при травматических поражениях органов грудной и брюшной полостей.
20. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при травматических повреждениях костей верхних и нижних конечностей.
21. Использование методов ЛФК у больных для профилактики, осложнений при

травматических повреждениях позвоночника.

7. Фонд оценочных средств

7.1 Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций (указать шифр)
Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	Тест	ПК-8
Формы и методы проведения упражнений ЛФК	Тест, реферат	ПК-8
Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	Тест, решение ситуационной задачи	ПК-8
Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболеваниях суставов.	Тест, решение ситуационной задачи	ПК-8
Факторы риска заболевания сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК в их профилактике	Тест	ПК-8
Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике.	Тест	ПК-8
Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике. Комплексы ЛФК при гипертонии.	Тест, решение ситуационной задачи	ПК-8
Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени и других нарушениях обмена веществ.	Тест	ПК-8
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения.	Тест, реферат	ПК-8
Методика ЛФК и массажа при неврозах, врачебно-педагогический контроль	Тест, реферат	ПК-8

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение лекционных занятий –1 балл.

Решение теста по теме занятия – 0-5 баллов (в зависимости от количества верных ответов).

Предоставление пошагово решенной ситуационной задачи – 0 – 5

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	**Форма контроля**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**

Контроль посещаемости	**Посещение лекционных занятий**	**0**	**10**
	Итого	**0**	**10**
Контроль работы на занятиях	**Наименование темы**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
	Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	3	5
	Формы и методы проведения упражнений ЛФК	3	5
	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	3	10
	Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболеваниях суставов.	3	10
	Факторы риска заболевания сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК в их профилактике	3	5
	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике.	3	5
	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике. Комплексы ЛФК при гипертонии.	3	10
	Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени и других нарушениях обмена веществ.	3	5
	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения.	3	5
	Методика ЛФК и массажа при неврозах, врачебно-педагогический контроль	3	5
Всего в семестре		**30**	**75**
Промежуточная аттестация		26	43
ИТОГО		**56**	**118**
Подготовка к лабораторным работам является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов			
К промежуточной аттестации не допускаются обучающиеся, набравшие в течение семестра менее 71 баллов			

Примеры заданий для практических занятий

Практические задания – учебные задания (комплекс заданий), выполняемых студентом под руководством преподавателя (самостоятельно) с целью усвоения научно-теоретических основ дисциплины, приобретения навыков и опыта творческой деятельности, овладения современными методами решения профессиональных задач, в том числе исследовательского характера. В процессе текущего контроля оценивается качество усвоения учебного материала по теме практической работы и качество оформления отчета:

1. Заполнить таблицу по предложенному шаблону.
2. Выполнить контрольный тест по теме.
3. Решить ситуационную задачу.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях

Критерий	Балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	0,5 балла
Наличие кратких логичных выводов с корректным использованием необходимой терминологии	0,5 балла
Максимальный балл	**1**

7.1.1. Тест

Тесты – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Оценочное средство носит комплексный характер и может быть использовано для определения уровня проявления всех компонентов компетенции: знаний, умений, владений (опыта выполнения определенных действий).

Примеры заданий для теста

1. **Основными формами интенсивных физических тренировок больных ишемической болезнью сердца является все перечисленное, за исключением**

а) ходьбы и бега
б) занятий на тренажерах
в) гимнастических упражнений
г) ходьбы на лыжах
д) занятий атлетической гимнастикой

2**. Физическая реабилитация больных острым инфарктом миокарда включает все следующие этапы, кроме**

а) больничного
б) свободного режима
в) послебольничного
г) поддерживающего

3**. Задачи физической реабилитации больных инфарктом миокарда на больничном этапе включают**

а) предупреждение осложнений постельного режима
б) улучшения периферического кровообращения и дыхания
в) подготовку к вставанию и ходьбе, обучению ходьбе по лестнице
г) подготовку к самообслуживанию
д) все перечисленное

4 **Задачи физической реабилитации больных инфарктом миокарда на послебольничном этапе включают всё перечисленное, исключая**:

а) неограниченную ходьбу по лестнице
б) тренировку кардиореспираторной системы
в) восстановление трудоспособности
г) повышение толерантности к физической нагрузке

5. **Критериями освоения программы физической реабилитации больных инфарктом миокарда на больничном этапе являются все перечисленные, кроме**

а) выполнения лечебной гимнастики 20-30 мин
б) занятия в группе «здоровье» и кратковременный бег
в) ходьбы в медленном темпе 500-1000 м
г) подъема по лестнице 1-2 этажа

6. **К критериям физической реабилитации больных инфарктом миокарда на послебольничном этапе относятся все перечисленное, кроме**

а) выполнения лечебной гимнастики 30-40 мин
б) интенсивных физических тренировок с элементами спортивных игр
в) дозированных тренировок на велоэргометре

г) ходьбе по ровной местности на 3-5 км и более
д) подъема по лестнице на 2-5 этаж

Критерии оценивания тестов

Критерий	Балл
от 90% правильных ответов и выше	5 баллов
от 75% до 90% правильных ответов	4 балла
от 60% до 75% правильных ответов	3 балла
до 60 % правильных ответов	2–1 балла
Максимальный балл	**5**

7.1.2. Ситуационная задача

Ситуационная задача – тип заданий, позволяющий обучающемуся осваивать интеллектуальные операции последовательно в процессе работы с информацией: ознакомление – понимание – применение – анализ – синтез – оценка/вывод. Специфика ситуационной задачи заключается в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный характер, но для ее решения необходимо конкретное предметное знание.

Пример задания для решения ситуационной задачи по теме: «Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике»:

Условие: Пациент 14 лет с острой пневмонией в фазе неполной ремиссии на поликлиническом этапе с проявлениями дыхательной недостаточности. Необходимо подобрать и оформить в виде таблицы комплекс лечебных физических упражнений, согласно общим принципам ЛФК и особенностям проведения гимнастики при конкретном заболевании.

Критерии оценивания ситуационной задачи

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	1 балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2 балла
Практическая направленность	1 балл
Самостоятельное выполнение заданий работы	1 балл
Максимальный балл	**5**

7.1.3. Реферат

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.

Критерии оценивания реферата

Критерий	Балл
Содержание соответствует заявленной теме	1 балл
Продемонстрирована способность к самостоятельной исследовательской работе	1 балл
Обоснованный выбор источников информации	1 балл
Соблюдение требований к оформлению	1 балл
Содержит выводы	1 балл

Максимальный балл	5

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

К зачету допускаются студенты, которые систематически, в течение всего семестра работали на занятиях и показали уверенные знания по вопросам, обсуждавшимся на лабораторных работах.

Зачет ставится при соблюдении следующих требований:

1. Выполнение не менее 50% от общего числа лабораторных работ.
2. Оценка не ниже «удовлетворительно» за итоговый контрольный тест по курсу.
3. Минимально допустимый рейтинговый балл согласно БРС (61 балл).

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная Характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка
			Квалитативная
Высокий	ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	39-43	**Зачтено**
повышенный	ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	35-38	

Базовый	ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	26-34	
Низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	0–25	**не зачтено**

7.2.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ПК-8	
Компетентностно-ориентированный тест	
Вопросы теста	
ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды	1-18
ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	19-38
Решение ситуационной задачи	
ПК-8.1 Решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ПК-8.3. Решает задачи рационализации режимов занятий для различных категорий занимающихся на основе знания медицинских аспектов физической культуры и спорта, а также средств повышения и восстановления спортивной работоспособности	

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Компетентностно-ориентированный тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня проявления компетенций у студента.

Тест для зачета по курсу содержит 38 вопросов из 10 тем курса. Все вопросы с выбором одного верного ответа. Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл. Зачет необходимо набрать минимум 23 балла из 38 возможных.

Пример вопросов компетентностно-ориентированного теста

1**. Задачи физической реабилитации больных инфарктом миокарда на больничном этапе включают**

а) предупреждение осложнений постельного режима

б) улучшения периферического кровообращения и дыхания

в) подготовку к вставанию и ходьбе, обучению ходьбе по лестнице

г) подготовку к самообслуживанию

д) все перечисленное

2. **Основными формами интенсивных физических тренировок больных ишемической болезнью сердца является все перечисленное, за исключением**

а) ходьбы и бега

б) занятий на тренажерах

в) гимнастических упражнений

г) ходьбы на лыжах

д) занятий атлетической гимнастикой

3**. Физическая реабилитация больных острым инфарктом миокарда включает все следующие этапы, кроме**

а) больничного

б) свободного режима

в) послебольничного

г) поддерживающего

Критерии оценивания компетентностно-ориентированного теста

Критерий	Балл
Правильное решение поставленного вопроса	38
Максимальный балл	**38**

Ситуационная задача

Решение ситуационных задач, характеризующих различные закономерности роста и развития ребенка, способствует развитию навыков самостоятельной работы студентов, дальнейшему повышению теоретической подготовки, умению на практике использовать эти знания и полученные навыки. Для зачета необходимо получить 3 балла из 5-ти.

Критерии оценивания решений ситуационной задачи

Критерий	Балл
Разработка алгоритма безопасного способа поведения в чрезвычайной ситуации.	2
Анализ факторов вредного и опасного влияния элементов среды обитания	1
Принятие обоснованных решений и разработка плана действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.	2
Максимальный балл	**5**

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

А) Основная литература:

1. Лечебная физическая культура: Руководство под ред В.А. Маргазина, СПб, СпецЛит 2020.
1. В.А.Епифанов. Лечебная физическая культура: Справочник. — М.: Медицина, 2004.
2. С.Н. Попов. Лечебная физическая культура.- М:. Акад. 2004.
3. Н.А. Белая. Лечебная физическая культура и массаж. М:. Сов. СП. 2004.
4. В.А. Маргазин и соавт. Лечебная физическая культура.- Яр. 2006.

Б) Дополнительная литература:

1. Т.А. Евдокимова. Лечебная физическая культура. – Нов. Справочник. СПБ.2004.
2. В.А. Маргазин, А.С. Носкова. Новая физическая культура в профилактике и лечении заболеваний сердца и суставов. - Яр. 2006.
3. С.М. Носков, В.А. Маргазин и соавт. Реабилитация при заболеваниях сердца и суставов. –М:, ГОЭТАР, 2010.

В) программное обеспечение:

1. Электронные версии тестов для студентов по ЛФК. (Разработаны преподавателем)

2. Электронные варианты примерных комплексов ЛГ при различных видах патологий и для беременных. (Разработаны преподавателем)

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К.Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В ходе учебных занятий формировать у студентов не только профессионально-прикладные умения и навыки, но и знакомить их с основами исследовательской деятельности, которая наполняет основной программный материал более глубоким образовательным смыслом, наглядно демонстрируя взаимосвязь показателей двигательной активности пациента и сроками клинического и функционального выздоровления.

При выполнении контрольных работ студенты должны проявить всесторонние знания предмета изучения, умение всесторонне анализировать реакции организма на физическую нагрузку; сопоставлять их с проявлениями болезни или травмы; рассматривать варианты восстановления работоспособности.

Под самостоятельной работой в данном курсе подразумеваются выполнение домашних заданий, подготовка устных выступлений, рефератов, разработка планов реабилитации, составление индивидуальных комплексов лечебной гимнастики.

На практических и лекционных занятиях используется демонстрационный материал в форме мультимедийных презентаций.

Для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов используется бально-рейтинговая система оценки, при которой учитываются посещаемость, успеваемость и активность на учебных занятиях.

Вопросы зачета:

1. Раскрыть методические основы лечебной физической культуры (ЛФК).
2. Общие клинико-физиологические основы лечебных физических упражнений.
3. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма.
4. Основные механизмы влияния лечебной физической культуры.
5. Организация занятий по ЛФК в стационаре, поликлинике, санатории.
6. Лечебные виды массажа. Лечебный и спортивный массаж.
7. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и массируемому, поза массируемого.
8. Показания и противопоказания к массажу.
9. Техника и методика выполнения массажных приемов. Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм.
10. Классификация физических упражнений в ЛФК.
11. Двигательные режимы.
12. Методы функциональной и патогенетической терапии.
13. Систематизация физических упражнений по анатомическому признаку и по степени нагрузки и активности.
14. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по ЧСС. Критерии допустимости нагрузок ЛФК.

15. Принципы тренировок в ЛФК: постоянность выполнения упражнений по предписанию врача, постепенность нарастания нагрузки и увеличения амплитуды движений.
16. Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа.
17. Особенности влияния массажа на центральную нервную систему, крово- и лимфообращение и мышечную деятельность.
18. Массаж при различных заболеваниях и травмах.
19. Виды массажа, показания и противопоказания к его проведению. 20. Гигиенический, лечебный, реабилитационный массаж.
21. Сегментарно-рефлекторный самомассаж, восточный и аппаратный массаж.
22. Использование поглаживания, растирания, разминания, вибрации.
23. Реабилитационным массаж для функционального восстановления после травм, операций, тяжелых заболеваний.
24. ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния детей до 1 года.
25. Улучшение трофики тканей, обмена веществ, формирования опорно-двигательного аппарата, деятельности нервно-мышечной и нервной систем, повышение иммунитета.
26. Механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при заболеваниях суставов.
27. Роль ЛФК при повышенных факторах риска заболеваний сердечно-сосудистой системы. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. ЛФК при болезнях сердечнососудистой системы. Методика ЛФК для больных при инфаркте миокарда, гипертонии, ишемической болезни сердца.
28. Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры.
29. Использование ЛФК в лечении и профилактике остеохондроза.
30. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. Этапная реабилитация больных инфарктом миокарда. Лечебная физкультура при гипер- и гипотонической болезни. Показания и противопоказания.
31. Лечебная физкультура при ревматизме и пороках сердца. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры на различных этапах восстановительного лечения.
32. Лечебная физкультура при болезнях органов дыхания. Показания и противопоказания.
33. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.
34. Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени.
35. Использование бесконтактного (биоэнергетического) и акустико-вибрационного массажа.
36. Методика ЛФК и массажа при неврозах.
37. Методика ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения, спастических и вялых параличах и парезах, полиомиелите.
38. Методика ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe.

Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины весы медицинские, ростомер, динамометры, тонометры, велоэргометр, секундомеры, спирометры, калиперметр, фонендоскопы, кушетка медицинская, набор ступенек.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении.

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет **2** зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	14 триместр	15 триместр

Контактная работа с преподавателем (всего)	**18**	**18**	
В том числе:			
Лекции	**6**	**6**	
Практические занятия (ПЗ)			
Лабораторные работы (ЛР)	**12**	**12**	
Самостоятельная работа (всего)	**54**	**54**	
В том числе:			
Информационно-аналитическая работа (подготовка)	**54**	**54**	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)			**Зачет с оценкой**
Общая трудоемкость (часов)	**72**	**72**	
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	**2**	**2**	

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Раздел дисциплины	Лекции	Лаборатор-ные работы	Самостоятельная работа
1	Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	0,5	1	5
2	Формы и методы проведения упражнений ЛФК	0,5	1	5
3	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	0,5	1	5
4	Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболеваниях суставов	0,5	1	5
5	Факторы риска заболевания сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК в их профилактике	0,5	1	5
6	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	0,5	1	5
7	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике. Комплексы ЛФК при гипертонии	0,5	1	5
8	Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени и других нарушениях обмена веществ	0,5	1	5
9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	1	2	7

10	Методика ЛФК и массажа при неврозах, врачебно-педагогический контроль	1	2	7
	Итого	6	12	54

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№	Тема дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
2	Формы и методы проведения упражнений ЛФК	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
3	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.
4	Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажем при заболеваниях суставов.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
5	Факторы риска заболевания сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК в их профилактике	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
6	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.
7	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике. Комплексы ЛФК при гипертонии.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.
8	Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени и других нарушениях обмена веществ.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.
9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения.	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи. Подготовка к решению теста.
10	Методика ЛФК и массажа при неврозах, врачебно-педагогический контроль	Подготовка реферата. Решение ситуационной задачи.

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет
им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«19» апреля 2022г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.10.ДВ.01.01 Антидопинговое обеспечение в спорте

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01. Педагогическое образование

(профиль «Физическая культура и спорт»)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчики:
Доцент кафедры МБОС и ТФК
к. фарм. н. А.В. Лебедев

Утверждено на заседании кафедры
Кафедра медико-биологических основ спорта
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой МБОС и ТФК
профессор В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины "Антидопинговое обеспечение в спорте" - рассмотрение вопросов лекарственной терапии тех или иных патологических состояний, возникающих при занятиях как физкультурой, так и профессиональным спортом, использования в спортивной практике средств как народной так и современной медицины и фармакологии. Кроме того раскрываются общие закономерности действия лекарств на организм, вопросы фармакодинамики и фармакокинетики, проблемы побочных эффектов, проявляемых лекарственными средствами. Сравниваютя природные и синтетические средства. Большое внимание уделяется проблеме допинга и допинг-контроля.

Основными ***задачами*** курса являются:

– **понимание** важности знаний о современных лекарственных препаратах, как синтетического, так и природного происхождения применяющихся в спортивной практике; необходимости информации о средствах традиционной медицины различных стран мира, нашедших успешное применение в спорте; базовой информации о лекарственных формах, способах применения лекарств, курсах приема и побочных эффектах, проявляемых препаратами сведений об ограничениях применения препаратов в профессиональном спорте, допингах, запрещенных препаратах и допинг-контроле.

- **овладение навыками** составления правильных схем приема разрешенных спортивных препаратов на разных этапах спортивной тренировки как самостоятельно, так и в рамках консультаций со специалистом.

- **развитие умений** практического применения допустимых укрепляющих и поддерживающих препаратов на всех стадиях спортивной тренировки и соревнования, а также в процессе восстановления.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП):

Дисциплина включена к вариативную часть ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ПК-8	Способен осуществляет профессиональную деятельность опираясь на комплексные знания медико-биологических основ спорта.	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса..4	Устный опрос Практические задания Реферат

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр VIII
Аудиторные занятия (всего)	**36**	36
Лекции	**12**	12
Лабораторные занятия	**24**	24
Самостоятельная работа	**36**	36
В том числе:		
Подготовка к устному ответу	**24**	24
Подготовка рефератов	**12**	12

Вид итогового контроля		**Зачет**	Зачет
Общая трудоемкость	**часов**	**72**	72
	зачетных единиц	**2**	2

5. Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1.	Общая спортивная фармакология	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии
2.	Частная спортивная фармакология	Витамины в спорте
		Минералы и микроэлементы
		Энзимы и адаптогены
		Антиоксиданты и антигипоксанты
		Аминокислоты и макроэрги в спорте
		Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте
		Биологически активные добавки в спорте
		Средства «натуральной фармакологии»
		Допинг
3.	Фармакология тренировки	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарственных средств
		Фармакология этапов подготовки спортсмена

5.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	**Наименование раздела дисциплины**	**Лекции**	**Практические занятия**	**Самостоятельная работа студентов**	**Всего часов**
1 Раздел Общая спортивная фармакология					
1.1	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	2	2	3	7
2 Раздел Частная спортивная фармакология					
2.1	Витамины в спорте	1	2	3	6
2.2	Минералы и микроэлементы	1	2	3	6
2.3.	Энзимы и адаптогены	1	2	3	6
2.4.	Антиоксиданты и антигипоксанты	1	2	3	6
2.5	Аминокислоты и макроэрги в спорте	1	2	3	6
2.6	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	1	2	3	6
2.7	Биологически активные добавки в спорте	1	2	3	6
2.8	Средства «натуральной фармакологии»	1	2	3	6
2.9	Допинг	1	2	3	6
3 Раздел Фармакология тренировки					
3.1	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарственных средств	-	2	3	5

3.2	Фармакология этапов подготовки спортсмена	1	2	3	6
	Всего	**12**	**24**	**36**	**72**

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

6.1 Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
2	Витамины в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
3	Минералы и микроэлементы	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
4	Энзимы и адаптогены	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
5	Антиоксиданты и антигипоксанты	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
6	Аминокислоты и макроэрги в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
7	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
8	Биологически активные добавки в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
9	Средства «натуральной фармакологии»	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
10	Допинг	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
11	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарств	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
12	Фармакология этапов подготовки спортсмена	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) – не предусмотрены

6.3. Примерная тематика рефератов

1..Нутрициональное обеспечение тренировочного процесса как средство фармакологической поддержки (3 реферата.Работа с информацией спортивных магазинов и аптек).

2. Препараты простамен, глицин,янтарная кислота (и производные),а также другие, участвующие в активации обмена.Применение, результаты испытаний, цели и схемы приема.

3.Антигипоксанты:предуктал,мидронат,рибоксин,дибунол и др.Роль в медицине и спорте.Применение.

4.Влияние стресса и бессоницы на восстановительные процессы организма спортсмена.Мелатонин.Другие седативные и снотворные средства.

5. Фитопрепараты в спортивной медицине.Роль БАД.Примеры.Возможные нежелательные эффекты,другие недостатки и положительные стороны БАД.
6. Экологические факторы, влияющие на выносливость и адаптацию. Гипоксия при тренировках в спорте.
7.Методы и средства снижения веса сопртсменов.”Сжигание жира”.Понятие об индексе массы тела и ожирении.
7. Применение транквиилзаторов при перетренированности, для релакации мышц.Эффекты. Препараты.Нежелательные реакции.
8. Кровяной допинг.Эритропоэтины в спорте.Применение.Механизм действия.Контроль.
9.Продукты пчеловодства в спортивной медицине.Мед,прополис,пыльца, апилак,мумие и т.д.(Элтон)
10. Применение бета блокаторов и других сосудистых средств для целей спорта.Нежелательные эффекты.Препараты.
11.Ферментные препараты. Пробиотики. Применение для улучшения функций органов пищеварения у спортсменов.
12. Общий обзор фармакологических средств, используемых при подготовке спортсменов. Примеры современных препаратов разных групп, цели их применнения. Требования к этим средствам.
13. Заболевание, состояние, влияющие на рост и работу мышц. Вещества, повышающие метаболизм в мышцах. Витамины, применяющиеся при утомлении и заболеваниях мышц.
14. Микроэлементы, влияющие на обмен веществ в мышцах и костной ткани. Роль железа, магния, других микроэлементов.
15. Солевой обмен.Макроэлементы и физическая подготовка. В каких продуктах содержатся. Их роль при стрессе.
16. Физиология обмена воды, нарушения водного баланса в экстремальных условиях.Применение диуретиков в спорте.
17. Понятие о роли L-карнитина в обмене веществ, значение для работы мышц и сердца.
18. Обезболивание в спорте. Возможные варианты применения средств при травмах, печеночно-болевом синдроме.
19. Понятие о допинге. Вещества, входящие в эту группу. Допинг-контроль.
20. Гепатопротекторы. Задачи для их применения. Препараты. Примеры. Состояние печени при передозировке препаратов.
21. Адаптогены. Растительные, животные, синтетические средства.Примеры смешанных адаптогенных средств. (БАД)
22. Ноотропные средства.Применение в спортивной медицине и для профилактическихз целей у разных групп насеелния. Фенотропил.
23. Стимуляторы бета2-адреенорецепторов и спорт. Механизм действия.Цели и возможности применения. Контроль применения.
24. Гормональные средства: гормон роста, инсулин, тестостерон,эстрогены, тиреоидный гормон в практике подготовки спортсменов.
25. Эфедрин, гуарана и подобные стимуляторы растительного происхождения. Возможности использования в спорте и медицине. Контроль применения.
26. Прием стероидных анаболических гормональных средств в подготовке спортсмена. История вопроса.Ошибки и достижения практики применения анаболиков. Новые препараты.
27. Противовоспалительные нестероидные средства при подготовке спортменов и лечении травм. Нежелательные эффекты. Наружные средства НПВС.
26. Наиболее опасные побочные эффекты фарм. препаратов, применяемых в спорте.Способы миинмизации нежелательного действия.

7. Фонды оценочных средств

7.1. Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций
Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	Устный опрос Реферат	ПК-8
Витамины в спорте	Устный ответ Практические задания Реферат	ПК-8
Минералы и микроэлементы	Устный опрос Реферат	ПК-8
Энзимы и адаптогены	Устный опрос Практические задания Реферат	ПК-8
Антиоксиданты и антигипоксанты	Устный опрос Реферат	ПК-8
Аминокислоты и макроэрги в спорте	Устный опрос Реферат	ПК-8
Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	Устный опрос Практические задания Реферат	ПК-8
Биологически активные добавки в спорте	Устный опрос Реферат	ПК-8
Средства «натуральной фармакологии»	Устный опрос Реферат	ПК-8
Допинг	Устный опрос Практические задания Реферат	ПК-8
Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарств	Устный опрос Реферат	ПК-8
Фармакология этапов подготовки спортсмена	Устный опрос Реферат	ПК-8

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение лекции, лабораторного занятия 2 балла

Устный ответ– 1-5 баллов.

Подготовка реферата – 1-5 баллов

Выполнение заданий для самостоятельной работы – 1-5 баллов (в зависимости от сложности заданий).

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	**Форма контроля**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
8 семестр			
Контроль посещаемости	**Посещение лекционных, практических (лабораторных) занятий**	**1**	**18**
	Итого	**1**	**18**
Контроль работы на занятиях	**Наименование темы**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	1	16
	Витамины в спорте	1	16
	Минералы и микроэлементы	1	16
	Энзимы и адаптогены	1	16
	Антиоксиданты и антигипоксанты	1	16
	Аминокислоты и макроэрги в спорте	1	16
	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	1	16
	Биологически активные добавки в спорте	1	16
	Средства «натуральной фармакологии»	1	16
	Допинг	1	16
	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарств	1	16
	Фармакология этапов подготовки спортсмена	1	16
	Итого;	12	192
Всего в семестре:		13	210
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		10	50
ИТОГО		23	260
Подготовка к практическим занятиям является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов			
К промежуточной аттестации не допускаются обучающиеся, набравшие в течение семестра менее 120 баллов			

7.1.1.Практические задания

Практические задания – учебные задания (комплекс заданий), выполняемые студентом под руководством преподавателя (самостоятельно) с целью усвоения научно-теоретических основ дисциплины, приобретения навыков и опыта творческой деятельности, овладения современными методами решения профессиональных задач, в том числе исследовательского характера.

Примеры заданий для практических занятий:

- Дайте развернутую характеристику препаратов класса «адаптогены»
- Опишите в тетради свойства и примепнение препарата «Бемакор»
- Рсскажите об общих принципах обеспечения препаратами спортсмена на этапе восстановления после соревновательного сезона

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях

Критерий	Балл

Корректное использование профессиональных понятий и терминов в речи	0,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	0,5 балла
Полнота выполнения задания	2 балла
Правильность выполнения заданий	2 балла
Максимальный балл	**5**

7.1.2. Реферат

Реферат – доклад на определённую тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников; изложение содержания научной работы, книги и т. п.

Пример фрагмента реферата тему «Адаптогены»

Термин «адаптоген» введён в научный оборот в 1947 году Н. В. Лазаревым для обозначения вещества, которое, по его мнению, повышает «неспецифическую» устойчивость к неблагоприятным воздействиям окружающей среды на организм, а также устойчивость организма к стрессу. Термин «стресс» он использовал в классическом определении Ганса Селье, как состояние находящегося под угрозой гомеостаза

В настоящее время адаптогены определены как вещества, которые повышают способность организма адаптироваться к факторам окружающей среды так, чтобы избегать ущерба от них[1].

Адаптогенам приписывается широчайший спектр действия по сравнению с подавляющим большинством активных веществ лекарственных средств, они традиционно используются для симптомов так называемой астении, таких как ощущения усталости и слабости[1]. Во избежание путаницы необходимо отличать «адаптогены» от стимулирующих и тонизирующих традиционных растительных средств схожего действия, которые также используются при «астении»[1].

В отличие от стимуляторов, адаптогены должны увеличивать работоспособность таким образом, чтобы за периодом высокой работоспособности не следовало её снижение

Тонизирующие средства, или тоники, — термин из традиционной медицины, где они используются в условиях так называемой «астении». Они определяются как вещества, которые уменьшают слабость (отсутствие тонуса) во всём организме или в конкретных органах тела, улучшают самочувствие и повышают работоспособность. Их тонизирующий эффект усиливается при многократном употреблении, это основное отличие тоников от адаптогенов[1].

Сторонники адаптогенной гипотезы утверждают, что адаптогены способны нормализовать функции и укрепить системы организма, нарушенные стрессом. Также ими сообщается, что такие вещества оказывают защитное воздействие на здоровье человека, как подвергающееся разнообразным экологическим воздействиям, так и страдающее в неблагоприятной эмоциональной обстановке

К адаптогенам относят различные препараты растительного происхождения, например полученные из элеутерококка[1][2], эхинацеи, женьшеня, гинкго билоба[2].

В ЕС термин «адаптоген» не используется в фармакологической и клинической практике[2]. Адаптогены отсутствуют в официальных рекомендациях по профилактике и лечению заболеваний[2].

К адаптогенам иногда относят витаминные препараты. Однако витаминные добавки не являются средством для улучшения здоровья или профилактики хронических заболеваний. Витаминные добавки легко заменяются увеличением разнообразия рациона — все нужные витамины, минералы и другие питательные вещества взрослый человек может получать из обычной пищи, у витаминных препаратов и других биодобавок нет преимуществ перед сбалансированной диетой.

Критерии оценивания

Оценка	Критерии
Квалитативная оценка	

Оценка	Критерии
зачтено	Студент демонстрирует понимание проблемы. Все или большинство требований, предъявляемые к заданию, выполнены.
не зачтено	Демонстрирует небольшое понимание проблемы. Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. Нет ответа. Не было попытки выполнить задание.
Квантитативная оценка	
отлично	Студент демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены.
хорошо	Демонстрирует значительное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены
удовлетворительно	Студент демонстрирует частичное понимание проблемы. Большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены.
неудовлетворительно	Обучающийся демонстрирует небольшое понимание или непонимание проблемы. Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. Нет ответа. Не было попытки выполнить задание.

7.1.3. Устный опрос

Устный опрос – Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде опроса студентов

Устный опрос - индивидуальный, фронтальный, уплотненный. Сущность этого метода заключается в том, что учитель ставит учащимся вопросы по содержанию изученного материала и побуждает их к ответам, выявляя таким образом, качество и полноту его усвоения. Поскольку устный опрос является вопросно-ответным способом проверки знаний учащихся, его еще иногда называют беседой

Индивидуальный опрос имеет своей целью основную проверку знаний, умений и навыков отдельных учащихся.

Пример фрагмента устного опроса по теме «физиология нервных структур»:

ВОПРОС: Назовите основные препараты из группы энзимы.
ОТВЕТ: вобэнзим, флогэнзим, мульсал, энзистал, дигестал

ВОПРОС: какими основными свйствами они орбадают?
ОТВЕТ: Регуляция кишечного пищеварения, ранозаживляющее

ВОПРОС: На каких этапах подготовки спортсмена рекомендуют применение энзимов?
ОТВЕТ: По первому действию применение рекомендуется на этапах базовой подготовки и восстановлкения, Что касается второго действия, то применение возможно при лечении возникающих спортивных травм, т.е. по ситуации.

Критерии оценивания

Оценка	Критерии
отлично	Студент глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, не затрудняется с ответом при видоизменении вопроса, владеет специальной терминологией, демонстрирует общую эрудицию в предметной области, использует при ответе ссылки на материал специализированных источников, в том числе на ресурсы Интернета.

хорошо	Студент твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, владеет специальной терминологией на достаточном уровне; могут возникнуть затруднения при ответе на уточняющие вопросы по рассматриваемой теме; в целом демонстрирует общую эрудицию в предметной области.
удовлетворительно	Студент имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, плохо владеет специальной терминологией, допускает существенные ошибки при ответе, недостаточно ориентируется в источниках специализированных знаний.
неудовлетворительно	Студент не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, не владеет специальной терминологией, не ориентируется в источниках специализированных знаний. Нет ответа на поставленный вопрос.

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине учитывается частичное формирование указанных компетенций на базовом уровне.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине используется балльно-рейтинговая система. В ней учитываются:

2) посещаемость занятий;
3) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (тестовые вопросы, устный ответ, и т.д.);
4) правильное оформление протоколов лабораторных и практических работ
5) полное и правильное выполнение заданий для самостоятельной работы
6) выполнение реферативных сообщений

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка*	
			Квалитативная	Квантитативная
высокий	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.	**201-260**	**зачтено**	**отлично**
повышенный	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.	**201-200**		**хорошо**

базовый	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.	**151-200**		**удовлетворительно**
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	**<150**	**не зачтено**	**неудовлетворительно**

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций
ПК
Практическое задание
ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.
Реферат
ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.
Устный ответ
ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

7.1.1.Практические задания

Практические задания – учебные задания (комплекс заданий), выполняемые студентом под руководством преподавателя (самостоятельно) с целью усвоения научно-теоретических основ дисциплины, приобретения навыков и опыта творческой деятельности, овладения современными методами решения профессиональных задач, в том числе исследовательского характера.

Примеры заданий:

- Опишите свойства и применение препарата «Энерион»

Ответ: Энерион - синтетическое соединение, близкое по строению к тиамину. Молекула сульбутиамина имеет открытый тиазольный цикл, дополнительную дисульфидную связь и липофильный эфир. Благодаря такой модификации быстро всасывается из ЖКТ и легко проникает через ГЭБ. В отличие от тиамина, способен накапливаться в клетках ретикулярной формации, гиппокампе и зубчатой извилине, а также в клетках волокон Пуркинье и клубочках зернистого слоя коры мозжечка. На фоне приема Энериона улучшается координация движений и увеличивается устойчивость к физическим нагрузкам, повышается устойчивость структур коры головного мозга к повторяющейся гипоксии. Применяют для симптоматического лечения функциональных астенических состояний при гипо- и авитаминозах, при длительных заболеваниях, после оперативных вмешательств. Взрослым препарат назначают в суточной дозе 400-600 мг (2-3 таблетки) в 2 приема. Таблетки следует принимать внутрь во время завтрака и во время обеда. Продолжительность курса лечения не должна превышать 4 недель.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях

Критерий	**Балл**
Корректное использование профессиональных понятий и терминов в речи	5 балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	5 балл
Полнота выполнения задания	20 балла
Правильность выполнения заданий	20балла
Максимальный балл	**50**

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная литература

1. Маргазин В.А. и др., Принципы фармакологического обеспечения спортивной деятельности, Ярославль, ЯГПУ, 2013, 122с
2. Проскурина И.К., Симонов Н.А., Биохимические основы физкультуры и спорта, Ярославль, ЯГПУ, 2001, 71с
3.Курдыбайло С.Ф. и др., Врачебный контроль в адаптивной физической культуре, М, Советский спорт, 2004, 184с
4. Чинкин А.С., Назаренко А.С., Физиология спорта, М., Спорт, 2016, 120с
www.iprbookshop.ru/43922.html.— ЭБС «IPRbooks»

б) дополнительная литература

1. Булич Э.Г., Муравов И.В., Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции, Киев, Олимпийская литература, 2003, 424с
2. Дубровский В.И., Спортивная медицина, М, Владос, 1999, 472с
3. Мельников А.А и др., Физиологические основы оздоровительной физической культуры, Ярославль, РИО ЯГПУ, 2018, 219с
4. Лебедев А.В., Методы оценки состояния различных систем организма при профессиональных занятиях спортом, Ярославль, ЯГПУ, 2010, 40с
5. Ракшина Н.С. Фармакология [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся/ Ракшина Н.С.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2016.— 114 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/40438.html.— ЭБС «IPRbooks»

в) программное обеспечение

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
- ЭПС «Система Гарант-Максимум»
- ЭПС «Консультант Плюс»

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Для эффективности изучения дисциплины рекомендуется:

1. Четко структурировать занятия, отводя достаточное количество времени для проведения мероприятий текущего контроля, освоения новой темы, самостоятельную работу студентов с литературой и препаратами.

2. Подробно информировать студентов о требованиях, предъявляемых преподавателем по подготовке к занятиям по данной дисциплине. При этом использовать раздаточный материал, содержащий: план занятия, вопросы для самостоятельного изучения, требования по оформлению письменных заданий в тетради, вопросы к коллоквиумам и экзамену.

3. Использовать наглядный материал (таблицы, плакаты, коллекции и муляжи препаратов и т. д.). Использовать учебные пособия и методические рекомендации.

4. Объясняя действие препаратов, обязательно связывать их с процессами, происходящими в организме. Помогать использовать личный опыт занятий спортом студента при изучении фармакологии спорта.

5. Использовать методические рекомендации и учебные пособия, разработанные преподавателями кафедры.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe. Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Плакаты и схемы изображениями отдельных препаратов и принципов их действия.
2. Коллекции упаковок и инструкций к препаратам
3. Рекламные проспекты фармацевтических фирм.
4. Установка с мультимедийным проектором для показа учебных фильмов и презентаций.

13 . Преподавание дисциплины на заочном отделении и на заочном отделении с ускоренной программой обучения

13.1 Объем дисциплины и виды учебной работы.

Общая трудоемкость составляет 2 зачетные единицы

Вид учебной работы		**Всего часов**	**Триместр**
			12
Контактная работа с преподавателем (всего)		**10**	10
Лекции		**4**	4
Практические занятия		**6**	6
Самостоятельная работа (всего)		**62**	62
В том числе:			
Подготовка к устным ответам		**22**	22
Подготовка рефератов		**40**	40
Вид промежуточной аттестации		**Зачет**	Зачет
Общая трудоемкость	**Часов**	**72**	72
	Зачетных единиц	**2**	2

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа студентов	Всего часов
1 Раздел Общая спортивная фармакология					
1.	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	2	2	5	9
2 Раздел Частная спортивная фармакология					
2.	Витамины в спорте	-	-	5	5
3.	Минералы и микроэлементы	-	-	5	5
4.	Энзимы и адаптогены	-	-	5	5
5	Антиоксиданты и антигипоксанты			5	5
6	Аминокислоты и макроэрги в спорте	-	-	5	5
7	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте			5	5
8	Биологически активные добавки в спорте	-	-	5	5
9	Средства «натуральной фармакологии»	-	-	5	5
10	Допинг	-	-	5	5
3 раздел Фармакология тренировки					
11	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарственных средств	1	2	5	8
12	Фармакология этапов подготовки спортсмена	1	2	7	10
Всего:		**4**	**6**	**62**	**72**

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Плакаты и схемы изображениями отдельных препаратов и принципов их действия.
2. Коллекции упаковок и инструкций к препаратам
3. Рекламные проспекты фармацевтических фирм.
4. Установка с мультимедийным проектором для показа учебных фильмов и презентаций.

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (час)
1.	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
2.	Витамины в спорте	Подготовка рефератов	5
3.	Минералы и микроэлементы	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
4	Энзимы и адаптогены	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
5.	Антиоксиданты и антигипоксанты	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3

6	Аминокислоты и макроэрги в спорте	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
7	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорт	Подготовка к устным ответам на практическом занятии	5
8	Биологически активные добавки в спорте	Подготовка рефератов	5
9	Средства «натуральной фармакологии»	Подготовка рефератов	5
10	Допинг	Подготовка рефератов	5
11	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема препаратов	Подготовка рефератов	5
12	Фармакология этапов подготовки спортсмена	Подготовка к устным ответам на практическом занятии	7

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет
им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Проректор по учебной работе
_____М.Ю. Соловьев
«19» апреля 2022г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.10.ДВ.01.02 Фармакологическое обеспечение в спорте

Рекомендуется для направления подготовки:
44.03.01. Педагогическое образование

(профиль «Физическая культура и спорт»)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Разработчики:
Доцент кафедры МБОС и ТФК
к. фарм. н. А.В. Лебедев

Утверждено на заседании кафедры
Кафедра медико-биологических основ спорта
«25» марта 2022г.
Протокол № 7

Зав. кафедрой МБОС и ТФК
профессор В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины "Фармакологическое обеспечение в спорте" - рассмотрение вопросов лекарственной терапии тех или иных патологических состояний, возникающих при занятиях как физкультурой, так и профессиональным спортом, использования в спортивной практике средств как народной так и современной медицины и фармакологии. Кроме того раскрываются общие закономерности действия лекарств на организм, вопросы фармакодинамики и фармакокинетики, проблемы побочных эффектов, проявляемых лекарственными средствами. Сравниваютя природные и синтетические средства. Большое внимание уделяется проблеме допинга и допинг-контроля.

Основными ***задачами*** курса являются:

– **понимание** важности знаний о современных лекарственных препаратах, как синтетического, так и природного происхождения применяющихся в спортивной практике; необходимости информации о средствах традиционной медицины различных стран мира, нашедших успешное применение в спорте; базовой информации о лекарственных формах, способах применения лекарств, курсах приема и побочных эффектах, проявляемых препаратами сведений об ограничениях применения препаратов в профессиональном спорте, допингах, запрещенных препаратах и допинг-контроле.

- **овладение навыками** составления правильных схем приема разрешенных спортивных препаратов на разных этапах спортивной тренировки как самостоятельно, так и в рамках консультаций со специалистом.

- **развитие умений** практического применения допустимых укрепляющих и поддерживающих препаратов на всех стадиях спортивной тренировки и соревнования, а также в процессе восстановления.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП):

Дисциплина включена к вариативную часть ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	**Формулировка**		
ПК-8	Способен осуществляет профессиональную деятельность опираясь на комплексные знания медико-биологических основ спорта.	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса..4	Устный опрос Практические задания Реферат

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр VIII
Аудиторные занятия (всего)	**36**	36
Лекции	**12**	12
Лабораторные занятия	**24**	24
Самостоятельная работа	**36**	36
В том числе:		

Подготовка к устному ответу		**24**	24
Подготовка рефератов		**12**	12
Вид итогового контроля		**Зачет**	Зачет
Общая трудоемкость	**часов**	**72**	72
	зачетных единиц	**2**	2

5. Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1.	Общая спортивная фармакология	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии
2.	Частная спортивная фармакология	Витамины в спорте
		Минералы и микроэлементы
		Энзимы и адаптогены
		Антиоксиданты и антигипоксанты
		Аминокислоты и макроэрги в спорте
		Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте
		Биологически активные добавки в спорте
		Средства «натуральной фармакологии»
		Допинг
3.	Фармакология тренировки	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарственных средств
		Фармакология этапов подготовки спортсмена

5.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студентов	Всего часов
1 Раздел Общая спортивная фармакология					
1.1	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	2	2	3	7
2 Раздел Частная спортивная фармакология					
2.1	Витамины в спорте	1	2	3	6
2.2	Минералы и микроэлементы	1	2	3	6
2.3.	Энзимы и адаптогены	1	2	3	6
2.4.	Антиоксиданты и антигипоксанты	1	2	3	6
2.5	Аминокислоты и макроэрги в спорте	1	2	3	6
2.6	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	1	2	3	6
2.7	Биологически активные добавки в спорте	1	2	3	6
2.8	Средства «натуральной фармакологии»	1	2	3	6
2.9	Допинг	1	2	3	6
3 Раздел Фармакология тренировки					

3.1	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарственных средств	-	2	3	5
3.2	Фармакология этапов подготовки спортсмена	1	2	3	6
	Всего	**12**	**24**	**36**	**72**

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

6.1 Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
1	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
2	Витамины в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
3	Минералы и микроэлементы	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
4	Энзимы и адаптогены	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
5	Антиоксиданты и антигипоксанты	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
6	Аминокислоты и макроэрги в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
7	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
8	Биологически активные добавки в спорте	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
9	Средства «натуральной фармакологии»	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
10	Допинг	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
11	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарств	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов
12	Фармакология этапов подготовки спортсмена	Подготовка к устному ответу. Подготовка рефератов

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) – не предусмотрены

6.3. Примерная тематика рефератов

1..Нутрициональное обеспечение тренировочного процесса как средство фармакологической поддержки (3 реферата.Работа с информацией спортивных магазинов и аптек).

2. Препараты простамен, глицин,янтарная кислота (и производные),а также другие, участвующие в активации обмена.Применение, результаты испытаний, цели и схемы приема.

3.Антигипоксанты:предуктал,мидронат,рибоксин,дибунол и др.Роль в медицине и спорте.Применение.

4.Влияние стресса и бессоницы на восстановительные процессы организма спортсмена.Мелатонин.Другие седативные и снотворные средства.
5. Фитопрепараты в спортивной медицине.Роль БАД.Примеры.Возможные нежелательные эффекты,другие недостатки и положительные стороны БАД.
6. Экологические факторы, влияющие на выносливость и адаптацию. Гипоксия при тренировках в спорте.
7.Методы и средства снижения веса сопртсменов.”Сжигание жира”.Понятие об индексе массы тела и ожирении.
7. Применение транквиилзаторов при перетренированности, для релакации мышц.Эффекты. Препараты.Нежелательные реакции.
8. Кровяной допинг.Эритропоэтины в спорте.Применение.Механизм действия.Контроль.
9.Продукты пчеловодства в спортивной медицине.Мед,прополис,пыльца, апилак,мумие и т.д.(Элтон)
10. Применение бета блокаторов и других сосудистых средств для целей спорта.Нежелательные эффекты.Препараты.
11.Ферментные препараты. Пробиотики. Применение для улучшения функций органов пищеварения у спортсменов.
12. Общий обзор фармакологических средств, используемых при подготовке спортсменов. Примеры современных препаратов разных групп, цели их применнения. Требования к этим средствам.
13. Заболевание, состояние, влияющие на рост и работу мышц. Вещества, повышающие метаболизм в мышцах. Витамины, применяющиеся при утомлении и заболеваниях мышц.
14. Микроэлементы, влияющие на обмен веществ в мышцах и костной ткани. Роль железа, магния, других микроэлементов.
15. Солевой обмен.Макроэлементы и физическая подготовка. В каких продуктах содержатся. Их роль при стрессе.
16. Физиология обмена воды, нарушения водного баланса в экстремальных условиях.Применение диуретиков в спорте.
17. Понятие о роли L-карнитина в обмене веществ, значение для работы мышц и сердца.
18. Обезболивание в спорте. Возможные варианты применения средств при травмах, печеночно-болевом синдроме.
19. Понятие о допинге. Вещества, входящие в эту группу. Допинг-контроль.
20. Гепатопротекторы. Задачи для их применения. Препараты. Примеры. Состояние печени при передозировке препаратов.
21. Адаптогены. Растительные, животные, синтетические средства.Примеры смешанных адаптогенных средств. (БАД)
22. Ноотропные средства.Применение в спортивной медицине и для профилактическихз целей у разных групп насеелния. Фенотропил.
23. Стимуляторы бета2-адреенорецепторов и спорт. Механизм действия.Цели и возможности применения. Контроль применения.
24. Гормональные средства: гормон роста, инсулин, тестостерон,эстрогены, тиреоидный гормон в практике подготовки спортсменов.
25. Эфедрин, гуарана и подобные стимуляторы растительного происхождения. Возможности использования в спорте и медицине. Контроль применения.
26. Прием стероидных анаболических гормональных средств в подготовке спортсмена. История вопроса.Ошибки и достижения практики применения анаболиков. Новые препараты.
27. Противовоспалительные нестероидные средства при подготовке спортменов и лечении травм. Нежелательные эффекты. Наружные средства НПВС.
26. Наиболее опасные побочные эффекты фарм. препаратов, применяемых в спорте.Способы миинмизации нежелательного действия.

7. Фонды оценочных средств

7.1. Фонд оценочных средств для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций
Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	Устный опрос Реферат	ПК-8
Витамины в спорте	Устный ответ Практические задания Реферат	ПК-8
Минералы и микроэлементы	Устный опрос Реферат	ПК-8
Энзимы и адаптогены	Устный опрос Практические задания Реферат	ПК-8
Антиоксиданты и антигипоксанты	Устный опрос Реферат	ПК-8
Аминокислоты и макроэрги в спорте	Устный опрос Реферат	ПК-8
Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	Устный опрос Практические задания Реферат	ПК-8
Биологически активные добавки в спорте	Устный опрос Реферат	ПК-8
Средства «натуральной фармакологии»	Устный опрос Реферат	ПК-8
Допинг	Устный опрос Практические задания Реферат	ПК-8
Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарств	Устный опрос Реферат	ПК-8
Фармакология этапов подготовки спортсмена	Устный опрос Реферат	ПК-8

Текущий контроль осуществляется на основе рейтинговой технологии оценивания. Обучающиеся в процессе изучения дисциплины набирают рейтинговые баллы и в рамках аттестационной недели получают отметки в соответствии с набранными баллами.

Критерии оценки видов работ

Посещение лекции, лабораторного занятия 2 балла

Устный ответ– 1-5 баллов.

Подготовка реферата – 1-5 баллов

Выполнение заданий для самостоятельной работы – 1-5 баллов (в зависимости от сложности заданий).

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	**Форма контроля**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
8 семестр			
Контроль посещаемости	**Посещение лекционных, практических (лабораторных) занятий**	**1**	**18**
	Итого	**1**	**18**
Контроль работы на занятиях	**Наименование темы**	**Мин. кол-во баллов**	**Макс. кол-во баллов**
	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	1	16
	Витамины в спорте	1	16
	Минералы и микроэлементы	1	16
	Энзимы и адаптогены	1	16
	Антиоксиданты и антигипоксанты	1	16
	Аминокислоты и макроэрги в спорте	1	16
	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте	1	16
	Биологически активные добавки в спорте	1	16
	Средства «натуральной фармакологии»	1	16
	Допинг	1	16
	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарств	1	16
	Фармакология этапов подготовки спортсмена	1	16
	Итого;	12	192
Всего в семестре:		13	210
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		10	50
ИТОГО		23	260
Подготовка к практическим занятиям является обязательным условием получения итоговой рейтинговой оценки по дисциплине не зависимо от количества накопленных баллов			
К промежуточной аттестации не допускаются обучающиеся, набравшие в течение семестра менее 120 баллов			

7.1.1.Практические задания

Практические задания – учебные задания (комплекс заданий), выполняемые студентом под руководством преподавателя (самостоятельно) с целью усвоения научно-теоретических основ дисциплины, приобретения навыков и опыта творческой деятельности, овладения современными методами решения профессиональных задач, в том числе исследовательского характера.

Примеры заданий для практических занятий:

- Дайте развернутую характеристику препаратов класса «адаптогены»
- Опишите в тетради свойства и примепнение препарата «Бемакор»
-Рсскажите об общих принципах обеспечения препаратами спортсмена на этапе восстановления после соревновательного сезона

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях

Критерий	Балл
Корректное использование профессиональных понятий и терминов в речи	0,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	0,5 балла
Полнота выполнения задания	2 балла
Правильность выполнения заданий	2 балла
Максимальный балл	**5**

7.1.2. Реферат

Реферат – доклад на определённую тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников; изложение содержания научной работы, книги и т. п.

Пример фрагмента реферата тему «Адаптогены»

Термин «адаптоген» введён в научный оборот в 1947 году Н. В. Лазаревым для обозначения вещества, которое, по его мнению, повышает «неспецифическую» устойчивость к неблагоприятным воздействиям окружающей среды на организм, а также устойчивость организма к стрессу. Термин «стресс» он использовал в классическом определении Ганса Селье, как состояние находящегося под угрозой гомеостаза

В настоящее время адаптогены определены как вещества, которые повышают способность организма адаптироваться к факторам окружающей среды так, чтобы избегать ущерба от них[].

Адаптогенам приписывается широчайший спектр действия по сравнению с подавляющим большинством активных веществ лекарственных средств, они традиционно используются для симптомов так называемой астении, таких как ощущения усталости и слабости[1]. Во избежание путаницы необходимо отличать «адаптогены» от стимулирующих и тонизирующих традиционных растительных средств схожего действия, которые также используются при «астении»[1].

В отличие от стимуляторов, адаптогены должны увеличивать работоспособность таким образом, чтобы за периодом высокой работоспособности не следовало её снижение

Тонизирующие средства, или тоники, — термин из традиционной медицины, где они используются в условиях так называемой «астении». Они определяются как вещества, которые уменьшают слабость (отсутствие тонуса) во всём организме или в конкретных органах тела, улучшают самочувствие и повышают работоспособность. Их тонизирующий эффект усиливается при многократном употреблении, это основное отличие тоников от адаптогенов[1].

Сторонники адаптогенной гипотезы утверждают, что адаптогены способны нормализовать функции и укрепить системы организма, нарушенные стрессом. Также ими сообщается, что такие вещества оказывают защитное воздействие на здоровье человека, как подвергающееся разнообразным экологическим воздействиям, так и страдающее в неблагоприятной эмоциональной обстановке

К адаптогенам относят различные препараты растительного происхождения, например полученные из элеутерококка[1][2], эхинацеи, женьшеня, гинкго билоба[2].

В ЕС термин «адаптоген» не используется в фармакологической и клинической практике[2]. Адаптогены отсутствуют в официальных рекомендациях по профилактике и лечению заболеваний[2].

К адаптогенам иногда относят витаминные препараты. Однако витаминные добавки не являются средством для улучшения здоровья или профилактики хронических заболеваний. Витаминные добавки легко заменяются увеличением разнообразия рациона — все нужные витамины, минералы и другие питательные вещества взрослый человек может получать из обычной пищи, у витаминных препаратов и других биодобавок нет преимуществ перед сбалансированной диетой.

Критерии оценивания

Оценка	Критерии
Квалитативная оценка	
зачтено	Студент демонстрирует понимание проблемы. Все или большинство требований, предъявляемые к заданию, выполнены.
не зачтено	Демонстрирует небольшое понимание проблемы. Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. Нет ответа. Не было попытки выполнить задание.
Квантитативная оценка	
отлично	Студент демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены.
хорошо	Демонстрирует значительное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию, выполнены
удовлетворительно	Студент демонстрирует частичное понимание проблемы. Большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены.
неудовлетворительно	Обучающийся демонстрирует небольшое понимание или непонимание проблемы. Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. Нет ответа. Не было попытки выполнить задание.

7.1.3. Устный опрос

Устный опрос – Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде опроса студентов

Устный опрос - индивидуальный, фронтальный, уплотненный. Сущность этого метода заключается в том, что учитель ставит учащимся вопросы по содержанию изученного материала и побуждает их к ответам, выявляя таким образом, качество и полноту его усвоения. Поскольку устный опрос является вопросно-ответным способом проверки знаний учащихся, его еще иногда называют беседой

Индивидуальный опрос имеет своей целью основную проверку знаний, умений и навыков отдельных учащихся.

Пример фрагмента устного опроса по теме «физиология нервных структур»:

ВОПРОС: Назовите основные препараты из группы энзимы.
ОТВЕТ: вобэнзим, флогэнзим, мульсал, энзистал, дигестал

ВОПРОС: какими основными свйствами они орбадают?
ОТВЕТ: Регуляция кишечного пищеварения, ранозаживляющее

ВОПРОС: На каких этапах подготовки спортсмена рекомендуют применение энзимов?
ОТВЕТ: По первому действию применение рекомендуется на этапах базовой подготовки и восстановлкения, Что касается второго действия, то применение возможно при лечении возникающих спортивных травм, т.е. по ситуации.

Критерии оценивания

Оценка	Критерии
отлично	Студент глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, не затрудняется с ответом при видоизменении вопроса, владеет специальной терминологией, демонстрирует общую эрудицию в предметной области, использует при ответе ссылки на материал специализированных источников, в том числе на ресурсы Интернета.

хорошо	Студент твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, владеет специальной терминологией на достаточном уровне; могут возникнуть затруднения при ответе на уточняющие вопросы по рассматриваемой теме; в целом демонстрирует общую эрудицию в предметной области.
удовлетворительно	Студент имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, плохо владеет специальной терминологией, допускает существенные ошибки при ответе, недостаточно ориентируется в источниках специализированных знаний.
неудовлетворительно	Студент не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, не владеет специальной терминологией, не ориентируется в источниках специализированных знаний. Нет ответа на поставленный вопрос.

7.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине учитывается частичное формирование указанных компетенций на базовом уровне.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине используется балльно-рейтинговая система. В ней учитываются:

7) посещаемость занятий;
8) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (тестовые вопросы, устный ответ, и т.д.);
9) правильное оформление протоколов лабораторных и практических работ
10) полное и правильное выполнение заданий для самостоятельной работы
11) выполнение реферативных сообщений

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	**Качественная характеристика**	**Количественный показатель (баллы БРС)**	**Оценка***	
			Квалитативная	**Квантитативная**
высокий	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.	**201-260**	**зачтено**	**отлично**
повышенный	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.	**201-200**		**хорошо**

базовый	ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.	**151-200**		**удовлетворительно**
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	**<150**	**не зачтено**	**неудовлетворительно**

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций
ПК
Практическое задание
ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.
Реферат
ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.
Устный ответ
ПК-8.4 Решает профессиональные задачи с учетом медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения реализации тренировочного процесса.

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

7.1.1.Практические задания

Практические задания – учебные задания (комплекс заданий), выполняемые студентом под руководством преподавателя (самостоятельно) с целью усвоения научно-теоретических основ дисциплины, приобретения навыков и опыта творческой деятельности, овладения современными методами решения профессиональных задач, в том числе исследовательского характера.

Примеры заданий:

- Опишите свойства и применение препарата «Энерион»

Ответ: Энерион - синтетическое соединение, близкое по строению к тиамину. Молекула сульбутиамина имеет открытый тиазольный цикл, дополнительную дисульфидную связь и липофильный эфир. Благодаря такой модификации быстро всасывается из ЖКТ и легко проникает через ГЭБ. В отличие от тиамина, способен накапливаться в клетках ретикулярной формации, гиппокампе и зубчатой извилине, а также в клетках волокон Пуркинье и клубочках зернистого слоя коры мозжечка. На фоне приема Энериона улучшается координация движений и увеличивается устойчивость к физическим нагрузкам, повышается устойчивость структур коры головного мозга к повторяющейся гипоксии. Применяют для симптоматического лечения функциональных астенических состояний при гипо- и авитаминозах, при длительных заболеваниях, после оперативных вмешательств. Взрослым препарат назначают в суточной дозе 400-600 мг (2-3 таблетки) в 2 приема. Таблетки следует принимать внутрь во время завтрака и во время обеда. Продолжительность курса лечения не должна превышать 4 недель.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях

Критерий	**Балл**
Корректное использование профессиональных понятий и терминов в речи	5 балл
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	5 балл
Полнота выполнения задания	20 балла
Правильность выполнения заданий	20балла
Максимальный балл	**50**

8. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная литература

1. Маргазин В.А. и др., Принципы фармакологического обеспечения спортивной деятельности, Ярославль, ЯГПУ, 2013, 122с
2. Проскурина И.К., Симонов Н.А., Биохимические основы физкультуры и спорта, Ярославль, ЯГПУ, 2001, 71с
3.Курдыбайло С.Ф. и др., Врачебный контроль в адаптивной физической культуре, М, Советский спорт, 2004, 184с
4. Чинкин А.С., Назаренко А.С., Физиология спорта, М., Спорт, 2016, 120с
www.iprbookshop.ru/43922.html.— ЭБС «IPRbooks»

б) дополнительная литература

1. Булич Э.Г., Муравов И.В., Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции, Киев, Олимпийская литература, 2003, 424с
2. Дубровский В.И., Спортивная медицина, М, Владос, 1999, 472с
3. Мельников А.А и др., Физиологические основы оздоровительной физической культуры, Ярославль, РИО ЯГПУ, 2018, 219с
4. Лебедев А.В., Методы оценки состояния различных систем организма при профессиональных занятиях спортом, Ярославль, ЯГПУ, 2010, 40с
5. Ракшина Н.С. Фармакология [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся/ Ракшина Н.С.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2016.— 114 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/40438.html.— ЭБС «IPRbooks»

в) программное обеспечение

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
- ЭПС «Система Гарант-Максимум»
- ЭПС «Консультант Плюс»

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (http://www.iprbookshop.ru)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» http://elib.gnpbu.ru/.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Для эффективности изучения дисциплины рекомендуется:

1. Четко структурировать занятия, отводя достаточное количество времени для проведения мероприятий текущего контроля, освоения новой темы, самостоятельную работу студентов с литературой и препаратами.

2. Подробно информировать студентов о требованиях, предъявляемых преподавателем по подготовке к занятиям по данной дисциплине. При этом использовать раздаточный материал, содержащий: план занятия, вопросы для самостоятельного изучения, требования по оформлению письменных заданий в тетради, вопросы к коллоквиумам и экзамену.

3. Использовать наглядный материал (таблицы, плакаты, коллекции и муляжи препаратов и т. д.). Использовать учебные пособия и методические рекомендации.

4. Объясняя действие препаратов, обязательно связывать их с процессами, происходящими в организме. Помогать использовать личный опыт занятий спортом студента при изучении фармакологии спорта.

5. Использовать методические рекомендации и учебные пособия, разработанные преподавателями кафедры.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При освоении дисциплины используется электронная образовательная среда ЯГПУ LMS MOODLe. Контроль знаний студентов по дисциплине осуществляется в рамках электронной среды фиксации успеваемости студентов (БРС) ЯГПУ.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Плакаты и схемы изображениями отдельных препаратов и принципов их действия.
2. Коллекции упаковок и инструкций к препаратам
3. Рекламные проспекты фармацевтических фирм.
4. Установка с мультимедийным проектором для показа учебных фильмов и презентаций.

13 . Преподавание дисциплины на заочном отделении и на заочном отделении с ускоренной программой обучения

13.1 Объем дисциплины и виды учебной работы.

Общая трудоемкость составляет 2 зачетные единицы

Вид учебной работы		**Всего часов**	**Триместр**
			12
Контактная работа с преподавателем (всего)		**10**	10
Лекции		**4**	4
Практические занятия		**6**	6
Самостоятельная работа (всего)		**62**	62
В том числе:			
Подготовка к устным ответам		**22**	22
Подготовка рефератов		**40**	40
Вид промежуточной аттестации		**Зачет**	Зачет
Общая трудоемкость	**Часов**	**72**	72
	Зачетных единиц	**2**	2

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа студентов	Всего часов
1 Раздел Общая спортивная фармакология					
1.	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	2	2	5	9
2 Раздел Частная спортивная фармакология					
2.	Витамины в спорте	-	-	5	5
3.	Минералы и микроэлементы	-	-	5	5
4.	Энзимы и адаптогены	-	-	5	5
5	Антиоксиданты и антигипоксанты			5	5
6	Аминокислоты и макроэрги в спорте	-	-	5	5
7	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорте			5	5
8	Биологически активные добавки в спорте	-	-	5	5
9	Средства «натуральной фармакологии»	-	-	5	5
10	Допинг	-	-	5	5
3 раздел Фармакология тренировки					
11	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема лекарственных средств	1	2	5	8
12	Фармакология этапов подготовки спортсмена	1	2	7	10
Всего:		**4**	**6**	**62**	**72**

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Плакаты и схемы изображениями отдельных препаратов и принципов их действия.
2. Коллекции упаковок и инструкций к препаратам
3. Рекламные проспекты фармацевтических фирм.
4. Установка с мультимедийным проектором для показа учебных фильмов и презентаций.

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (час)
1.	Основные понятия и принципы спортивной фармакологии	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
2.	Витамины в спорте	Подготовка рефератов	5
3.	Минералы и микроэлементы	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
4	Энзимы и адаптогены	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
5.	Антиоксиданты и антигипоксанты	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3

6	Аминокислоты и макроэрги в спорте	Подготовка к устным ответам на практическом занятии Подготовка рефератов	2 3
7	Анаболические средства, иммуномодуляторы и психоэнергизаторы в спорт	Подготовка к устным ответам на практическом занятии	5
8	Биологически активные добавки в спорте	Подготовка рефератов	5
9	Средства «натуральной фармакологии»	Подготовка рефератов	5
10	Допинг	Подготовка рефератов	5
11	Управление работоспособностью спортсмена и правила приема препаратов	Подготовка рефератов	5
12	Фармакология этапов подготовки спортсмена	Подготовка к устным ответам на практическом занятии	7