

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса
_____ В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.01.03 «Функциональная анатомия»

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01. Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры
МБОС и ТФК , к.б.н.

О.Н. Семенова

Утверждено на заседании кафедры

спортивных дисциплин

« ____ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой профессор

В.Н.Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины - формирование у студентов необходимого объема знаний, навыков, умений и представлений в области морфологических и функциональных основ физической культуры и спорта.

Основными **задачами** курса являются:

- понимание структурно-функциональной организации организма человека на разных уровнях организации (клеточном, тканевом, органном и т.д.); особенностей адаптации систем организма к изменяющимся условиям внешней среды и к физическим нагрузкам.
- овладение навыками совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды; использования методов и средств сбора, обобщения и использования информации об особенностях строения и функционирования организма человека; планирования и проведения научных исследований; навыками использования знаний и умений в области морфо-функциональных основ физической культуры и спорта для обеспечения своей профессиональной деятельности.
- развитие умений использования анатомо-физиологических и биохимических знаний в практической деятельности; применять методы оценки функционального состояния систем организма с учетом возрастных особенностей; анализировать результаты обследования и разрабатывать рекомендации с целью оптимизации обеспечения профессиональной деятельности.

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

Дисциплина включена в **обязательную часть ОПОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	Устный опрос Контрольная работа Тест
ППК-1	Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта	ППК 1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта ППК 1.2. Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей занимающихся	Устный опрос Контрольная работа Тест

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего	Семестры
--------------------	-------	----------

	часов	1	2
Контактная работа с преподавателем (всего)	64	36	28
В том числе:			
Лекции	24	16	8
Практические занятия (ПЗ)			
Лабораторные работы (ЛР)	40	20	20
Самостоятельная работа (всего)	188	108	80
В том числе:			
Выполнение письменных заданий в тетради	58	38	20
Реферат	90	50	40
Другие виды самостоятельной работы			
Доклад	40	20	20
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)			Зачет с оценкой
Общая трудоемкость (часов)	252	144	108
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	7	4	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (наименование тем)
1	Морфо-функциональные основы физической культуры и спорта как учебная дисциплина	Предмет, содержание и методы анатомии и физиологии. Содержание анатомии и физиологии и их место среди биологических дисциплин. Задачи анатомии и физиологии, их связи с дисциплинами медико-биологического и спортивно-педагогического циклов. Практическое значение анатомии и физиологии в системе подготовки педагогов по физическому воспитанию.

	функциональные основы жизнедеятельности человека	Уровни строения организма. Целостность организма. Морфо-функциональные характеристики опорно-двигательного аппарата и его компонентов. Морфо-функциональные характеристики внутренних органов и их систем. Морфо-функциональные характеристики сердечно-сосудистой системы и ее компонентов. Общий обзор и морфофункциональная характеристика нервной системы и ее компонентов. Морфо-функциональные характеристики анализаторных систем. Морфо-функциональные характеристики органов внутренней секреции.
3	Морфо-функциональные основы физических упражнений и спорта	Возрастные периоды, анатомо-физиологические характеристики и их значение в физическом воспитании детей и подростков. Основы спортивной морфологии. Физиологические аспекты занятий физическими упражнениями и спортом.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции и (час.)	Лабораторные занятия (час.)	Самостоятельная работа (час.)	Всего часов
1.	Раздел: Морфо-функциональные основы физической культуры и спорта как учебная дисциплина.				
1.1	Тема: Предмет, содержание и методы анатомии и физиологии. Содержание анатомии и физиологии и их место среди биологических дисциплин.	2	2	10	14
1.2	Тема: Задачи анатомии и физиологии, их связи с дисциплинами медико-биологического и спортивно-педагогического циклов. Практическое значение анатомии и физиологии в системе подготовки педагогов по физическому воспитанию.	2	2	10	14
2	Раздел: Морфо-функциональные основы жизнедеятельности человека				
2.1	Тема: Уровни строения организма. Целостность организма.	2	2	10	14
2.2	Тема: Морфо-функциональные характеристики опорно-двигательного аппарата и его компонентов.	2	2	10	14
2.3	Тема: Морфо-функциональные характеристики внутренних органов и их систем.	2	2	20	24
2.4	Тема: Морфо-функциональные характеристики сердечно-сосудистой системы и ее компонентов.	2	2	20	24

2.5	Тема: Общий обзор и морфофункциональная характеристика нервной системы и ее компонентов.	2	2	10	14
2.6	Тема: Морфо-функциональные характеристики анализаторных систем.	2	2	10	14
2.7	Тема: Морфо-функциональные характеристики органов внутренней секреции.	2	2	20	24
3	Раздел: Морфо-функциональные основы физических упражнений и спорта				
3.1	Тема: Возрастные периоды, анатомо-физиологические характеристики и их значение в физическом воспитании детей и подростков.	2	6	20	28
3.2	Тема: Основы спортивной морфологии.	4	2	20	22
3.3	Тема: Физиологические аспекты занятий физическими упражнениями и спортом.		2	28	30
Всего:		24	28	188	252
ИТОГО		252			

5.3 Лекции

№	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	Введение в анатомию.	4
2	Учение о клетке и ткани.	4
3	Опорно-двигательный аппарат: учение о костной системе, соединениях костей, мышцах.	4
4	Учение о внутренних органах.	4
5	Учение о сосудах	4
6	Учение о нервной системе и органах чувств.	4
7	Эндокринная система.	4
8	Скелет туловища, соединения костей. Позвоночный столб. Грудная клетка.	05
9	Скелет головы. Соединения черепа.	05
10	Скелет верхней конечности, соединения костей.	05
11	Скелет нижней конечности, соединения костей.	05
12	Мышцы туловища.	05
13	Мышцы головы и шеи.	05
14	Мышцы верхней конечности.	05
15	Мышцы нижней конечности.	05
16	Анатомический анализ различных положений и движений тела человека.	2
17	Пищеварительный аппарат.	-
18	Дыхательный аппарат.	-
19	Мочеполовой аппарат.	-
20	Сердечно-сосудистая система.	-
21	Строение нервной система. Органы чувств.	-
22	Органы внутренней секреции.	2

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	Тема: Предмет, содержание и методы анатомии и физиологии. Содержание анатомии и физиологии и их место среди биологических дисциплин.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
2	Тема: Задачи анатомии и физиологии, их связи с дисциплинами медико-биологического и спортивно-педагогического циклов. Практическое значение анатомии и физиологии в системе подготовки педагогов по физическому воспитанию.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
3	Тема: Уровни строения организма. Целостность организма.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
4	Тема: Морфо-функциональные характеристики опорно-двигательного аппарата и его компонентов.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
5	Тема: Морфо-функциональные характеристики внутренних органов и их систем.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе Домашняя контрольная работа
6	Тема: Морфо-функциональные характеристики сердечно-сосудистой системы и ее компонентов.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе Домашняя контрольная работа
7	Тема: Общий обзор и морфофункциональная характеристика нервной системы и ее компонентов.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
8	Тема: Морфо-функциональные характеристики анализаторных систем.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе Домашняя контрольная работа

9	Тема: Морфо-функциональные характеристики органов внутренней секреции.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
10	Тема: Возрастные периоды, анатомо-физиологические характеристики и их значение в физическом воспитании детей и подростков.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
11	Тема: Основы спортивной морфологии.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе
12	Тема: Физиологические аспекты занятий физическими упражнениями и спортом.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной самостоятельной работе

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3 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: Морфо-функциональные основы физической культуры и спорта как учебная дисциплина.		
Предмет, содержание и методы анатомии и физиологии. Содержание анатомии и физиологии и их место среди биологических дисциплин.	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК 1.1 УК 1.4 ППК 1.1 ППК 1.2
Задачи анатомии и физиологии, их связи с дисциплинами медико-биологического и спортивно-педагогического циклов. Практическое значение анатомии и физиологии в системе подготовки педагогов по физическому воспитанию.	Устный опрос Контрольная работа	ППК 1.1 ППК 1.2
Раздел: Морфо-функциональные основы жизнедеятельности человека		
Уровни строения организма. Целостность организма.	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК1.1 УК 1.4 ППК 1.1

Морфо-функциональные характеристики опорно-двигательного аппарата и его компонентов.	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 УК -1
Морфо-функциональные характеристики внутренних органов и их систем.	Устный опрос Контрольная работа	ППК 1.1 УК -1
Морфо-функциональные характеристики сердечно-сосудистой системы и ее компонентов	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 ППК 1-4 УК -1
Общий обзор и морфофункциональная характеристика нервной системы и ее компонентов.	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 ППК 1-4 УК -1
Морфо-функциональные характеристики анализаторных систем	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 ППК 1-4 УК -1
Морфо-функциональные характеристики органов внутренней секреции	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 ППК 1-4 УК -1
Раздел: Морфо-функциональные основы физических упражнений и спорта		
Возрастные периоды, анатомо-физиологические характеристики и их значение в физическом воспитании детей и подростков	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 ППК 1-4 УК -1
Основы спортивной морфологии.	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 ППК 1-4 УК -1
Физиологические аспекты занятий физическими упражнениями и спортом.	Устный опрос Контрольная работа Тест	ППК 1.1 ППК 1-4 УК -1

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

Оформление тетради– 1-5 баллов; устный ответ– 1-5 баллов.

Выполнение письменных заданий в тетради– 1-5 баллов.

Коллоквиум– 5-10 баллов

Проведение на практических занятиях фрагмента урока/урока – 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	5
	<i>Итого</i>		
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
	Морфо-функциональные основы физической культуры и спорта как учебная дисциплина		
	Предмет, содержание и методы анатомии и физиологии. Содержание анатомии и физиологии и их место среди биологических дисциплин.	1	5
	Задачи анатомии и физиологии, их связи с дисциплинами медико-биологического и спортивно-педагогического циклов. Практическое значение анатомии и физиологии в системе подготовки педагогов по физическому воспитанию.	1	5
	Морфо-функциональные основы жизнедеятельности человека		
	Уровни строения организма. Целостность организма.	1	5
	Морфо-функциональные характеристики опорно-двигательного аппарата и его компонентов.		
	Морфо-функциональные характеристики внутренних органов и их систем.		
	Морфо-функциональные характеристики сердечно-сосудистой системы и ее компонентов		
	Общий обзор и морфофункциональная характеристика нервной системы и ее компонентов.	1	5
	Морфо-функциональные характеристики анализаторных систем	1	5
	Морфо-функциональные характеристики органов внутренней секреции		
	Возрастные периоды, анатомо-физиологические характеристики и их значение в физическом воспитании детей и подростков		
	Основы спортивной морфологии.		
	Физиологические аспекты занятий физическими упражнениями и спортом.		
Всего в семестре 1		10	50
Всего в семестре 2		10	50
Промежуточная аттестация (зачет)			
Всего в семестре 3			
Всего в семестре 4			
Промежуточная аттестация (зачет)			
Всего в семестре 5			
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)			

ИТОГО	20	100
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 Контрольная работа

Контрольная работа – средство, позволяющее оценить умение студента самостоятельно и творчески рассуждать в рамках изученной темы, руководствуясь соответствующим научным инструментарием учебной дисциплины.

Примерные темы

Опираясь на предложенный план и материалы лекций, ответьте на следующие вопросы:

1. Сердечно-сосудистая система, ее функциональное назначение. Влияние физических упражнений и спорта на сосудистую систему.
2. Большой круг кровообращения.
3. Малый круг кровообращения
4. Сердце, строение, топография, кровоснабжение.

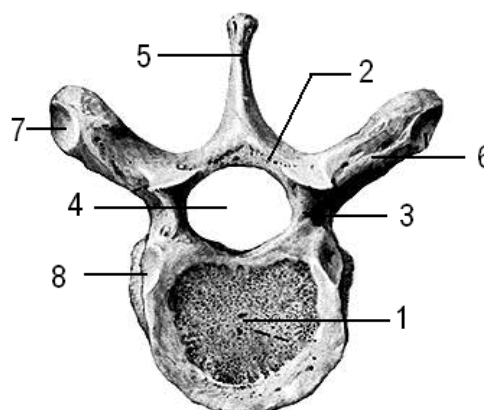
Критерий	Балл
Точность терминологии	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность изложения материала	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.2 Устный опрос

Устный опрос- метод, направленный на сбор первичной информации, при котором человек отвечает на ряд вопросов

Примерные темы

1. Перечислить отделы скелета нижней конечности
 2. Дайте характеристику тазобедренного сустава
 3. Морфологические компоненты рефлекторной дуги
1. Позвонок какого отдела изображен на рисунке?
Сколько всего позвонков в данном отделе позвоночника?
 2. Что такое межпозвоночный диск, каково его назначение?
 3. Перечислите все обозначения.



Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Точность терминологии	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность излагаемого материала	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.3. Тест

Тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Тестовая проверка знаний осуществляется в форме ответов студентов на вопросы, составленные в стандартной форме. Она реализуется или в безмашинном варианте, или с использованием средств вычислительной техники. Верность выбора ответов проверяется в первом случае с помощью шаблонов, во втором – с использованием соответствующих программ.

Пример тестовых заданий

Нервная система. Спинной мозг.

3.1.1. К периферической нервной системе относятся:

- А) нервы и нервные узлы;
- Б) большие полушария головного мозга;
- В) белое вещество;
- Г) средний мозг.

3.1.2. К центральной нервной системе относятся:

- А) нервы;
- Б) головной мозг;
- В) нервные волокна;
- Г) спинной мозг.

3.1.3. В спинном мозге имеются два утолщения. Назовите их.

- А) шейное;
- Б) грудное;
- В) поясничное;
- Г) крестцовое.

3.1.4. Мотонейроны находятся в.....спинного мозга:

- А) в передних рогах;
- Б) в промежуточном веществе;
- В) в боковых рогах;
- Г) в задних рогах.

3.2. Головной мозг. Проводящие пути.

3.2.1. Средняя часть мозжечка называется:

- А) скат;
- Б) червь;
- В) олива;

Г) крыша.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
выступление полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.	2,5 балла
развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале);	2,5 балла
свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Максимальный балл	10

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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (устный опрос, доклад, презентация и т.д.);
- 3) составление программы спортивной подготовки по избранному виду спорта

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	УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов. ППК1.1 – реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта ППК 1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей обучающихся	21-27/ 91-138	зачтено	отлично
повышенный	УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. ППК1.1 – реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта	15-20/ 76-90		хорошо
базовый	ППК1.1 – реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта	6-14/ 56-75		удовлетворительно
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<5/ <55	не зачтено	неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций
УК; ППК
Устный опрос
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов. ППК1.1 – реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта ППК 1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей обучающихся
Контрольная работа
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов. ППК1.1 – реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта ППК 1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей обучающихся
Тест

УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.

УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.

ППК1.1 – реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта

ППК 1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей обучающихся

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2003.

2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2005.

3. 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>

б) дополнительная литература

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2008.

2. Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика. – М.: Академия, 2009.

3. Чермит К.Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы. – М.: Советский спорт, 2005

4. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. – М.: Советский спорт, 2006.

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

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет **6** зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	триместр		
		1	2	3

Контактная работа с преподавателем (всего)		38	18	10	10
Лекции		8	8		
Лабораторные занятия		30	10	10	10
Самостоятельная работа (всего)		214			
В том числе:					
Подготовка к устным ответам и сообщениям		68	68	-	-
Подготовка к письменной работе		44	22	-	22
Выполнение письменных заданий в тетради		40	-	40	30
Подготовка к контрольной работе		62	32	30	-
Вид промежуточной аттестации		-	-	-	экзамен
Общая трудоемкость	часов	252	140	80	62
	зачетных единиц	7	-	-	-

13.2 Содержание дисциплины

13.2.1 Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции (часы)	Лабораторные (часы)	Самост-ная работа студентов	контроль	Всего часов
1. Раздел: Общая анатомия						
11	Уровни строения организма. Целостность организма.	1	-	10	-	11
12	Морфо-функциональные характеристики опорно-двигательного аппарата и его компонентов.	1	-	10	-	11
13	Морфо-функциональные характеристики внутренних органов и их систем.	2	-	9	-	11
14	Морфо-функциональные характеристики сердечно-сосудистой системы и ее компонентов	1	-	8	-	10
15	Общий обзор и морфофункциональная характеристика нервной системы и ее компонентов.	1	-	10	-	11
16	Морфо-функциональные характеристики анализаторных систем	1	-	10	-	12
17	Морфо-функциональные характеристики органов внутренней секреции	1	-	8	-	9

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	Тема: Введение в анатомию.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе
2	Тема: Учение о клетке и ткани.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе
3	Тема: Опорно-двигательный аппарат: учение о костной системе, соединениях костей, мышцах.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе
4	Тема: Учение о внутренних органах.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе
5	Тема: Учение о сосудах	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе
6	Тема: Учение о нервной системе и органах чувств.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе
7	Тема: Эндокринная система.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе
8	Тема: Скелет туловища, соединения костей. Позвоночный столб. Грудная клетка.	Подготовка к устному ответу Подготовка к проверочной письменной работе
9	Тема: Скелет головы. Соединения черепа.	Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной проверочной работе
10	Тема: Скелет верхней конечности, соединения костей.	Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной проверочной работе
11	Тема: Скелет нижней конечности, соединения костей.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради

12	Тема: Мышцы туловища.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради
13	Тема: Мышцы головы и шеи.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
14	Тема: Мышцы верхней конечности.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
15	Мышцы нижней конечности.	Подготовка к письменной проверочной работе Выполнение письменных заданий в тетради
16	Тема: Анатомический анализ различных положений и движений тела человека.	Подготовка к устному ответу Подготовка к контрольной работе Устное выступление
17	Тема: Пищеварительный аппарат.	Подготовка к устному ответу Подготовка к письменной проверочной работе
18	Тема: Дыхательный аппарат.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
19	Тема: Мочеполовой аппарат.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
20	Тема: Сердечно-сосудистая система.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
21	Тема: Строение нервной система. Органы чувств.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
22	Органы внутренней секреции.	Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к контрольной работе

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
**проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса**

В.П. Завойстый

« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.02 Биомеханика и анализ движений

Рекомендуется для направления подготовки:

44.04.01 Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчик:

профессор каф. МБОС и ТФК, д.б.н.

А.В. Муравьев

Утверждено на заседании кафедры

Медико-биологических основ спорта

« ____ » _____ 202__ г.

Протокол № _____

Зав. каф. МБОС и ТФК

В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Биомеханика и анализ движений» - формирование у студентов необходимого объема знаний, навыков, умений и представлений в области общей и специальной биомеханики.

Основными *задачами* курса являются:

- **понимание** биомеханических основ физических упражнений; биомеханических способов анализа и прогнозирование двигательных действий;
- **овладение навыками** исследования и анализа спортивной техники, на основе системно-структорного принципа формирования двигательных действий в физической культуре и спорте.
- **развитие умений** контролировать эффективность освоения движений при занятиях физической культурой и спортом, прогнозировать развитие двигательных качеств юных и взрослых спортсменов, при проведении спортивного отбора и прогноза спортивной подготовленности, на основе знания возрастных закономерностей развития движений.

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

Дисциплина включена в часть ОПОП, формируемую участниками образовательных отношений.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ППК-1	Способность организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов, регулирующих жизнедеятельность человека.	ППК-1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей занимающихся.	Устный ответ Письменные проверочные задания
		ППК-1.4 Производит систематический анализ эффективности тренировок, опираясь на знание основных закономерностей функционирования организма.	Письменные проверочные задания Устный ответ
ППК-2	Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.	ППК-2.2 Осуществляет текущий контроль и корректирует деятельность обучающихся во время занятия, используя опыт медико-биологического обоснования тренировочного процесса.	Письменные проверочные задания Устный ответ
		ППК-2.3 Осуществляет оценку изменений уровня подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы .	Письменные проверочные задания Устный ответ

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		1	2
Контактная работа с преподавателем (всего)	52	26	26
В том числе:			
Лекции	12	6	6
Лабораторные работы (ЛР)	40	20	20
Самостоятельная работа (всего)	128	82	46
В том числе:			
Реферат	10	6	4
Другие виды самостоятельной работы			
Подготовка к устному ответу	42	22	20
Выполнение письменных заданий в тетради	40	28	12
Подготовка к письменной проверочной работе	36	26	10
Контроль	36	-	36
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	За/эк	зачет	экзамен
Общая трудоемкость (часов)	216	108	108
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	6	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Общие вопросы специальной биомеханики	Введение, методы исследования в биомеханике.
		Биомеханика мышечной системы. Механические и биологические свойства мышц, работа и мощность. Управление мышечным сокращением.
2	Частные вопросы специальной биомеханики	Биомеханика шагательных локомоций. Кинематика и динамика ходьбы, бега и передвижения на лыжах. Биомеханические способы оптимизации затрат энергии в шагательных локомоциях.
		Биомеханические особенности двигательных действий в разном возрасте.
		Влияние физкультуры и спорта на развитие движений детей и подростков.
		Биомеханический контроль за развитием движений.
		Биомеханические основы реализации двигательных качеств.
		Двигательное тестирование.
		Содержание биомеханического контроля при оценке

спортивно-технической подготовленности спортсменов и эффективности их спортивной техники.

5.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов			
		Лекции и	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: Общие вопросы специальной биомеханики	6	20	82	108
1.1.	Тема: Введение, методы исследования в биомеханике.	2	6	20	28
1.2	Тема: Биомеханика мышечной системы. Механические и биологические свойства мышц, работа и мощность. Управление мышечным сокращением.	2	6	32	40
1.3	Тема: Биомеханика шагательных локомоций. Кинематика и динамика ходьбы, бега и передвижения на лыжах. Биомеханические способы оптимизации затрат энергии в шагательных локомоциях.	2	8	30	40
2	Раздел: Частные вопросы специальной биомеханики	6	20	46	72
2.1	Тема: Биомеханические особенности двигательных действий в разном возрасте.	1	4	10	15
2.2	Тема: Влияние физкультуры и спорта на развитие движений детей и подростков.	1	4	10	15
2.3	Тема: Биомеханический контроль за развитием движений.	1	4	10	15
2.4	Тема: Биомеханические основы реализации двигательных качеств.	1	4	10	15
2.5	Тема: Двигательное тестирование. Содержание биомеханического контроля при оценке спортивно-технической подготовленности спортсменов и эффективности их спортивной техники.	2	4	6	12
Всего:		12	40	128	180

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, методы исследования в биомеханике.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе
1.2	Биомеханика мышечной системы. Механические и биологические свойства мышц, работа и мощность. Управление мышечным сокращением.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе. Реферат
1.3	Биомеханика шагательных локомоций. Кинематика и динамика ходьбы, бега и передвижения на лыжах. Биомеханические способы оптимизации затрат энергии в шагательных локомоциях.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе
2.1	Биомеханические особенности двигательных действий в разном возрасте.	Реферат Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
2.2	Влияние физкультуры и спорта на развитие движений детей и подростков.	Реферат Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
2.3	Биомеханический контроль за развитием движений.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради к проверочной письменной работе.
2.4	Биомеханические основы реализации двигательных качеств.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе. Реферат
2.5	Двигательное тестирование. Содержание биомеханического контроля при оценке спортивно-технической подготовленности спортсменов и эффективности их спортивной техники.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе. Реферат

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

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Кинематические двигательные характеристики движений при анализе движений в спорте
2. Содержание понятий кинематической и динамической структур при анализе двигательных действий человека
3. Биомеханика мышечной системы и методы исследования
4. Биомеханические аспекты управления движениями человека как системами
5. Биомеханические механизмы при анализе развития двигательных качеств
6. Биомеханические основы спортивно-технического мастерства
7. Содержание и формы биомеханического анализа движений
8. Специальная биомеханика (онтогенез моторики, особенности моторики женщин, основы прогноза)
9. Биомеханика спортивных локомоций
10. Перемещающие движения. Биомеханика спортивных метаний
11. Биомеханические основы ударных движений. Биомеханика мышечной системы. Роль механических свойств мышц в проявлении их силы тяги, работы и мощности сокращения.

7. Фонды оценочных средств

7.1 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций (указать шифр)
Введение, методы исследования в биомеханике.	Устный ответ Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа	ППК-1.1. ППК-1.4.
Биомеханика мышечной системы. Механические и биологические свойства мышц, работа и мощность. Управление мышечным сокращением.	Доклад Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа Реферат	ППК-1.1. ППК-1.4.
Биомеханика шагательных локомоций. Кинематика и динамика ходьбы, бега и передвижения на лыжах. Биомеханические способы оптимизации затрат энергии в шагательных локомоциях.	Устный ответ Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа	ППК-1.1. ППК-1.4.
Биомеханические особенности двигательных действий в разном возрасте.	Реферат Доклад Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа	ППК-2.2. ППК-2.3.
Влияние физкультуры и	Устный ответ	ППК-2.2.

спорта на развитие движений детей и подростков.	Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа	ППК-2.3.
Биомеханический контроль за развитием движений.	Доклад Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа	ППК-2.2. ППК-2.3.
Биомеханические основы реализации двигательных качеств.	Устный ответ Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа Реферат	ППК-2.2. ППК-2.3.
Двигательное тестирование. Содержание биомеханического контроля при оценке спортивно-технической подготовленности спортсменов и их эффективности их спортивной техники.	Доклад Проверка письменных заданий в тетради Письменная проверочная работа Реферат	ППК-2.2. ППК-2.3.

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.

Посещение занятия (0.5)
Устный ответ (1-3)
Подготовка и выступление с докладом (1-3)
Активное участие в обсуждении темы (1)
Выполнение письменных заданий в тетради (1-2)
Выполнение письменной проверочной работы (1-3)
Написание реферата (1-2)

Рейтинг план

Базовая часть			
Вид контроля	Форма контроля	Мин. Кол-во баллов	Макс. Кол-во баллов
Контроль посещаемости	Посещение лекционных, (лабораторных) занятий	0,5	0,5
	<i>Итого</i>	10	13
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. Кол-во баллов	Макс. Кол-во баллов
	Введение, методы исследования в биомеханике.	6.5	12.5

	Биомеханика мышечной системы. Механические и биологические свойства мышц, работа и мощность. Управление мышечным сокращением.	6.5	14.5
	Биомеханика шагательных локомоций. Кинематика и динамика ходьбы, бега и передвижения на лыжах. Биомеханические способы оптимизации затрат энергии в шагательных локомоциях.	6.5	12.5
	Биомеханические особенности двигательных действий в разном возрасте.	6.5	14.5
	Влияние физкультуры и спорта на развитие движений детей и подростков.	6.5	12.5
	Биомеханический контроль за развитием движений.	6.5	12.5
	Биомеханические основы реализации двигательных качеств.	6.5	14.5
	Двигательное тестирование. Содержание биомеханического контроля при оценке спортивно-технической подготовленности спортсменов и эффективности их спортивной техники.	6.5	14.5
	Итого	52	108
Всего в семестре		26	62
Промежуточная аттестация		5	10
ИТОГО		57	134
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 52 баллов			

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Устный ответ

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	0,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	1 балла
Практическая направленность	1 балла
Оригинальность предлагаемых решений	0,5 балла
Максимальный балл	3

Устный доклад

Критерий	Балл
Соблюдение заданной структуры доклада (обоснование актуальности темы, основная часть, заключение).	0,5 балла
Логика и грамотность изложения материала	0,5 балла
Наличие презентации для сопровождения	1 балл
Наличие собственной обоснованной точки зрения на проблему	1 балл
Максимальный балл	3

Пример Задание для студента: *Подготовить устный доклад на тему: «История развития спортивной биомеханики»*

Доклад представляется устно (не более 20 мин.).

Выполнение письменных заданий в тетради

Критерий	Балл
Соблюдение заданной структуры задания (обоснование актуальности темы, основная часть, заключение).	0,5 балла
Логика и грамотность изложения материала	0,5 балла
Проведение анализа и обобщение информации	1 балл
Максимальный балл	2

Пример. Задание для студента:

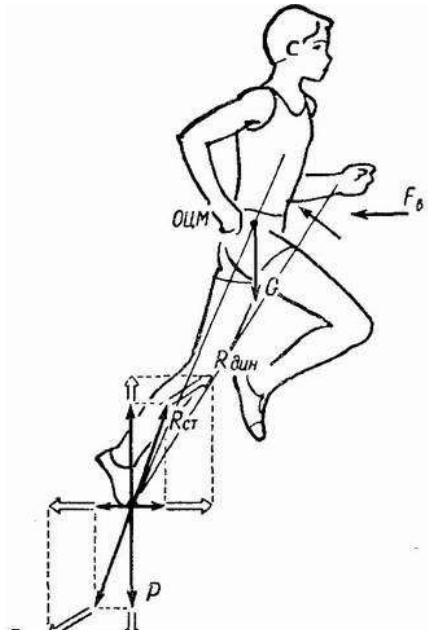
1. Проанализировать литературу по теме «Биомеханика двигательного аппарата человека».
2. Составить примерный план работы, включающий все необходимые для раскрытия темы пункты.
3. Логично изложить проанализированный материал в письменном виде.

В работе необходимо раскрыть суть понятия «биомеханическая система тела человека», определить состав и свойства этой системы. Дать определения и охарактеризовать понятия «биоэвенья», «биопары», «биоцепи», «рычаги». Описать проявление «правила рычага» в движениях человека. Охарактеризовать механические и биологические свойства мышц, режимы их сокращения и работы.

Выполнение письменных проверочных работ

Критерий	Балл
Соответствие содержания ответа поставленной задаче	0,5 балла
Развернутость и детальность изложения	1 балл
Логика и грамотность изложения материала	0,5 балла
Проведение анализа и обобщение информации	1 балл
Максимальный балл	3

Пример: Задание для студента: *Рассмотреть и проанализировать рисунок. Выполнить задание по карточке.*

<p>Карточка – 10</p> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перечислите силы, действующие на человека во время ходьбы и бега. 2. Подпишите все буквенные обозначения, отмеченные на рисунке. Опишите их взаимосвязь.
---	--

На письменный ответ студента по карточке отводится 10 минут.

Реферат

Критерий	Балл
Соблюдение заданной структуры реферата (обоснование актуальности темы, основная часть, заключение).	0,5 балла
Логика и грамотность изложения материала	0,5 балла
Наличие презентации для сопровождения	1 балл
Наличие собственной обоснованной точки зрения на проблему	1 балл
Максимальный балл	2

7.2. Фонд оценочных средств

Оценочные средства текущей аттестации

Устный ответ - позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки.

Письменные проверочные задания (*контрольная работа, самостоятельная работа*) – средство, позволяющее оценить умение студента самостоятельно и творчески рассуждать в рамках изученной темы, руководствуясь соответствующим научным инструментарием учебной дисциплины.

Письменные задания в тетради - письменная (рукописная) дословная фиксация основных положений исходного текста, и комплексный анализ исследуемой информации.

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.

Доклад – подготовленное устное выступление на определённую тему, включающее постановку проблемы; изложение тезисов (положений), доказательств и примеров; выводы.

7.2.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:

Программа и список экзаменационных вопросов

1. Связь биологических и механических явлений в живых системах.
2. Понятия кинематики и анализ двигательных действий.
3. Анализ пространственных характеристик движений человека
4. Временные характеристики, связь темпа и скорости движений
5. Понятия и законы динамики движения человека при биомеханическом анализе
6. Понятие общего центра масс (ОЦМ), анализ его перемещения при поступательном и вращательном движении
7. Центры тяжести (ЦТ) биозвеньев тела и центры инерции: анализ их перемещений при выполнении двигательных действий в биокинематических цепях
8. Взаимодействия человека с внешней средой: роль внешних сил
9. Мышцы как преобразователи энергии: биологические и механические свойства мышечной
10. Оборотовые движения (угловые перемещения) человека, их основные понятия и определения
11. Управления движениями вокруг осей
12. Сила Кариолиса, ее роль в осуществлении вращательных движений
13. Механическая работа и мощности, совершаемой при выполнении циклических движений (на примере передвижения на велосипеде)
14. Разные виды работы мышц по перемещению тела и его частей
15. Внешняя и внутренняя работа. Вертикальная и продольная работа.
16. Способы рекуперации энергии в теле человека
17. Рекуперация энергии при наземных локомоциях
18. Способы оценки работы, мощности и энергии при движениях человека.
19. Преобразования энергии при движении и передача в системе движениях
20. Биомеханика движения на лыжах классическими, коньковыми ходами и бесшажным способом (даблпуллинг)
21. Метания и броски как перемещающие движения, кинематика и динамика ударных действий
22. Общие кинематические закономерности локомоторные движения
23. Возрастные изменения движений (моторики)
24. Биомеханические основы двигательных качеств
25. Биомеханика выносливости, эргометрия
26. Биомеханика силовых качеств
27. Основы биомеханики скоростных качеств
28. Строение двигательных действий.
29. Биомеханика, как основа спортивной техники
30. Качественный и количественный биомеханический контроль в спорте
31. Использование методологии искусственной управляющей сред
32. Основные понятия теории управления.
33. Способы организации управления в самоорганизуемых биомеханических системах
34. Прямая и обратная связи в биологических системах
35. Биомеханические способы и средства коррекции двигательных действий человека
36. Математическое моделирование движений.
37. Рекуперация энергии в мышечной системе и спортивном оборудовании и инвентаре
38. Современные технологии в развитии биомеханики движений в спорте
39. Биомеханические способы коррекции технической подготовки спортсменов
40. Прогнозирование спортивного результата на основе регистрации и анализа кинематических характеристик движений

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной

аттестации по дисциплине

Промежуточная аттестация по дисциплине Биомеханика и анализ движений проводится в 1 (зачет) и 2 (экзамен) семестрах учебного года. Зачет в первом семестре получается по результатам балльно-рейтингового оценивания.

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка	
			Квалитативная	Квантитативная
высокий	Продемонстрированы систематизированные, глубоки, полные знания по всем разделам дисциплины. Использование научной терминологии. Использование знаний в постановке и решении стандартных и нестандартных профессиональных задач.	105-118	зачтено	отлично
повышенный	Продемонстрированы систематизированные, достаточно полные знания по основным разделам дисциплины. Использована научная терминология. Аргументированно обсуждаются стандартные профессиональные проблемы.	85-105		хорошо
базовый	Продемонстрированы основные знания в объеме дисциплины. Использована базовая научная терминология.	79-84		удовлетворительно
низкий	Недостаточно полный объем знаний в рамках дисциплины. Неумение ориентироваться в концепциях и направлениях изучаемой дисциплины.	58-78	не зачтено	неудовлетворительно

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций			
УК	ОПК	ПК	ППК
Устный ответ			
Не предусмотрены	Не предусмотрены	Не предусмотрены	ППК-1.4 Производит систематический анализ эффективности тренировок, опираясь на знание основных закономерностей функционирования организма.
Письменные проверочные задания			
Не предусмотрены	Не предусмотрены	Не предусмотрены	ППК-2.3 Осуществляет оценку изменений уровня подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы .
Письменные задания в тетради			
Не предусмотрены	Не предусмотрены	Не предусмотрены	ППК-2.3 Осуществляет оценку изменений уровня подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы .
Доклад			
Не предусмотрены	Не предусмотрены	Не предусмотрены	ППК-1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей занимающихся. ППК-2.2

			Осуществляет текущий контроль и корректирует деятельность обучающихся во время занятия, используя опыт медико-биологического обоснования тренировочного процесса.
Реферат			
Не предусмотрены	Не предусмотрены	Не предусмотрены	ППК-1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей занимающихся. ППК-2.2 Осуществляет текущий контроль и корректирует деятельность обучающихся во время занятия, используя опыт медико-биологического обоснования тренировочного процесса.

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

а) основная литература:

1. Дубровский В.И., Федорова В.Н. Биомеханика: Учебник для вузов.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
2. Муравьев А.В., Михайлов П.В., Осетров И.А., Муравьев А.А. Биомеханика физических упражнений [Текст]: учебное пособие. – Ярославль: изд-во ЯГПУ, 2014.- 240 с.

б) дополнительная литература:

1. Донской Д.Д. Строение действия (биомеханическое обоснование строения спортивного действия и его совершенствования): Учебно-методическое пособие для студентов физкультурных вузов и тренеров.-М.: РГАФК, 1995.
2. Донской Д.Д., Зайцева Л.С., Каймин М.А. Расчетно-графические работы по биомеханике: Методические разработки для студентов ГЦОЛИФКа. М.: ГЦОЛИФК, 1986.
3. Зациорский В.М. Аруин А.С., Селуянов В.Н. Биомеханика двигательного аппарата

человека. М.- ФиС, 1982.

4. Зациорский В.М. Введение (предмет и история биомеханики): Лекция для студентов ГЦОЛИФК, 1990.

5. Зациорский В.М., Алешинский С.Ю., Якунин Н.А. Биомеханические основы выносливости.- М.: ФиС,1982.

6. Коренберг В.Б. Спортивная биомеханика: Словарь-справочник. Часть 2 «Биомеханическая система. Моторика и ее развитие. Технические средства и измерения».- Малаховка, 1999.

7. Лукунина Е.А., Шалманов Ан.А. Сохранение положения тела человека в условиях отсутствия внешних возмущающих воздействий.: Методические разработки для слушателей ФУС и студентов.- М.: РГАФК, 2000.

8. Сучилин Н.Г., Савельев В.С., Попов Г.И. Оптико-электронные измерения движений человека.- М.: Физкультура, образование, наука. 2000.

9. Уткин В.Л. Биомеханика физических упражнений. – М.: Просвещение, 1989.

10. Шалманов Ал. А., Шалманов Ан. А. Основные механизмы взаимодействия с опорой в прыжковых упражнениях: Метод. рекомендации для слушателей Высшей школы тренеров, факультетов усовершенствования и повышения квалификации.- М., 1990.

в) программное обеспечение не предусмотрено.

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

- Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
- Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>)
- ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» <http://elib.gnpbu.ru/>.
- Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru)
- Российская научная электронная библиотека: <http://hyperlink/>
- База знаний по биологии человека: <http://hyperlink/>
- Медико-биологический международный научный портал: <http://hyperlink/>
- Ресурс видео лекций по медико-биологическим предметам: <http://hyperlink/>

10. Методические указания для преподавателя и 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 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 анализе 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.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Программы, учебники;
2. Приборы и оборудование для проведения лабораторных работ по курсу;
3. Достаточное количество компьютеров для проведения расчетных работ и математического моделирования при анализе двигательной деятельности;
4. Мультимедийные проекторы для демонстрации иллюстративного материала;
5. Доступ в Интернет для прямой трансляции фрагментов лекций, по биомеханике ведущих ученых страны и мира на образовательном портале www.univerTV.ru;
- учебно-методические пособия, в том числе на электронных носителях,
6. Пособия для самостоятельной работы;
7. Мультимедийные материалы.

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместры	
		5	6
Контактная работа с преподавателем (всего)	14	14	0
В том числе:			
Лекции	6	6	-
Лабораторные работы (ЛР)	8	8	-
Самостоятельная работа (всего)	166	150	16
В том числе:			
Реферат	30	30	-
Другие виды самостоятельной работы			

Подготовка к устному ответу	30	30	-
Выполнение письменных заданий в тетради	68	52	16
Подготовка к письменной проверочной работе	38	38	-
Контроль	36	-	36
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	За/эк	зачет	экзамен
Общая трудоемкость (часов)	216	164	52
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	6	4,5	1,5

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплины и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов			
		Лекции	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: Общие вопросы специальной биомеханики	3	4	82	89
1.1.	Тема: Введение, методы исследования в биомеханике.	1	-	26	27
1.2	Тема: Биомеханика мышечной системы. Механические и биологические свойства мышц, работа и мощность. Управление мышечным сокращением.	1	2	26	29
1.3	Тема: Биомеханика шагательных локомоций. Кинематика и динамика ходьбы, бега и передвижения на лыжах. Биомеханические способы оптимизации затрат энергии в шагательных локомоциях.	1	2	30	33
2	Раздел: Частные вопросы специальной биомеханики	3	4	84	91
2.1	Тема: Биомеханические особенности двигательных действий в разном возрасте.	0,5	1	20	21,5
2.2	Тема: Влияние физкультуры и спорта на развитие движений детей и подростков.	0,5	1	20	21,5
2.3	Тема: Биомеханический контроль за развитием	0,5	1	20	21,5

	движений.				
2.4	Тема: Биомеханические основы реализации двигательных качеств.	0,5	0,5	12	13
2.5	Тема: Двигательное тестирование. Содержание биомеханического контроля при оценке спортивно-технической подготовленности спортсменов и эффективности их спортивной техники.	1	0,5	12	12,5
Всего:		6	8	166	180

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
1.1	Введение, методы исследования в биомеханике.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе
1.2	Биомеханика мышечной системы. Механические и биологические свойства мышц, работа и мощность. Управление мышечным сокращением.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе. Реферат
1.3	Биомеханика шагательных локомоций. Кинематика и динамика ходьбы, бега и передвижения на лыжах. Биомеханические способы оптимизации затрат энергии в шагательных локомоциях.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе
2.1	Биомеханические особенности двигательных действий в разном возрасте.	Реферат Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
2.2	Влияние физкультуры и спорта на развитие движений детей и подростков.	Реферат Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради
2.3	Биомеханический контроль за развитием движений.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради к проверочной письменной работе.
2.4	Биомеханические основы реализации двигательных качеств.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в

		тетради Подготовка к проверочной письменной работе. Реферат
2.5	Двигательное тестирование. Содержание биомеханического контроля при оценке спортивно-технической подготовленности спортсменов и эффективности их спортивной техники.	Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий в тетради Подготовка к проверочной письменной работе. Реферат

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса
_____ В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.03 Физкультурно-спортивные технологии

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01. Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры
спортивных дисциплин, к.п.н.

Г.Е. Ступина

Доцент кафедры
спортивных дисциплин, к.б.н.

П.В. Михайлов

Утверждено на заседании кафедры

спортивных дисциплин

« __ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой

проф. С.Ф. Бурухин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Физкультурно-спортивные технологии» - формирование у студентов профессионального мышления, умений, навыков и компетенций, которые позволят успешно применять доступные современные технологии в сфере физической культуры и спорта в будущей трудовой деятельности.

Основными **задачами** курса являются:

1. Понимание важности овладения системой профессиональных знаний о современных технологиях в сфере физической культуры и спорта.
2. Овладение навыками поиска и обработки информации, относящейся к новым актуальным разработкам в сфере физической культуры и спорта, ее интерпретации и применения в профессиональной деятельности.
3. Развитие умений анализировать, проектировать и реализовывать учебно-тренировочную деятельность, опираясь на актуальные, современные технологии в сфере физической культуры и спорта.

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

Дисциплина включена в **обязательную часть ОПОП**.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ПК-2	Способен проектировать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ. ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	Презентация. Доклад. Реферат.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет **7** зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
Контактная работа с преподавателем (всего)	32	32
В том числе:		
Лекции	4	4

Практические занятия (ПЗ)		
Лабораторные работы (ЛР)	28	28
Самостоятельная работа (всего)	76	76
В том числе:		
Курсовая работа (проект)		
Реферат	12	12
Другие виды самостоятельной работы		
Анализ научно-методической литературы	44	44
Анализ видеоматериалов	20	20
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		зачет
Общая трудоемкость (часов)	108	36
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	1

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Роль инновационных технологий в развитии физкультурно-массовых и спортивных сфер деятельности	Технологии в области методики тренировки. Технологии в области спортивной экипировки. Технологии в области спортивного инвентаря.
2	Коммерциализация физкультурно-массовой и спортивной сфер деятельности	Развитие профессионального и массового спорта. Технологии развития спортивных клубов. Использование информационных и коммуникационных технологий при проведении массовых соревнований.
3	Технологии организации учебно-тренировочного процесса	Современные средства планирования тренировки и контроля за уровнем подготовленности. Системы виртуальной реальности, спортивные компьютерные тренажеры и симуляторы

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции и	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Роль инновационных технологий в развитии физкультурно-массовых и спортивных сфер деятельности	2		12	32	46
1.1	Технологии в области методики тренировки.	1		6	16	23
1.2	Технологии в области спортивной экипировки.	0,5		4	10	14,5
1.3	Технологии в области спортивного инвентаря.	0,5		2	6	8,5
2	Коммерциализация физкультурно-массовой и спортивной сфер деятельности	1		8	22	31

2.1	Развитие профессионального и массового спорта.	0,5		4	10	14,5
2.2	Технологии развития спортивных клубов.	0,25		2	6	8,25
2.3	Использование информационных и коммуникационных технологий при проведении массовых соревнований.	0,25		2	6	8,25
3	Технологии организации учебно-тренировочного процесса	1		8	22	31
3.1	Современные средства планирования тренировки и контроля за уровнем подготовленности.	0,5		4	11	15,5
3.2	Системы виртуальной реальности, спортивные компьютерные тренажеры и симуляторы	0,5		4	11	15,5
Всего:		4		28	76	108

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: Роль инновационных технологий в развитии физкультурно-массовых и спортивных сфер деятельности	
1.1	Технологии в области методики тренировки.	Анализ научно-методической литературы Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований. Посещение современных спортивных сооружений, участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий.
1.2	Технологии в области спортивной экипировки.	
1.3	Технологии в области спортивного инвентаря.	
2	Раздел: Коммерциализация физкультурно-массовой и спортивной сфер деятельности	
2.1	Развитие профессионального и массового спорта.	Анализ научно-методической литературы. Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований. Посещение современных спортивных сооружений, участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий.
2.2	Технологии развития спортивных клубов.	
2.3	Использование информационных и коммуникационных технологий при проведении массовых соревнований.	
3	Раздел: Технологии организации учебно-тренировочного процесса	
3.1	Современные средства планирования тренировки и контроля за уровнем подготовленности.	Анализ научно-методической литературы. Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований. Посещение современных спортивных сооружений, участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий.
3.2	Системы виртуальной реальности, спортивные компьютерные тренажеры и симуляторы	

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Пути совершенствования технологий спортивной подготовки
2. Технологии спорта лиц с ограниченными возможностями
3. Технологии физической реабилитации
4. Физкультурно-оздоровительные технологии, направленные на профилактику заболеваний людей с группами риска в состоянии физического и психического здоровья
5. Компьютерные технологии для урока физической культуры

6. Профилактика срыва адаптации спортсменов на этапах интенсивной подготовки и участия в соревнованиях
7. Актуальные проблемы внедрения новых технологий обучения и воспитания в сфере физической культуры и спорта
8. Диагностические и управляющие программные средства в физической культуре и спорте
9. Инновационные технологии при проведении соревнований

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: Роль инновационных технологий в развитии физкультурно-массовых и спортивных сфер деятельности		
Технологии в области методики тренировки.	Доклад	ПК-2
Технологии в области спортивной экипировки.	Презентация	ПК-2
Технологии в области спортивного инвентаря.	Презентация	ПК-2
Раздел: Коммерциализация физкультурно-массовой и спортивной сфер деятельности		
Развитие профессионального и массового спорта.	Доклад	ПК-2
Технологии развития спортивных клубов.	Презентация	ПК-2
Использование информационных и коммуникационных технологий при проведении массовых соревнований.	Презентация	ПК-2
Раздел: Технологии организации учебно-тренировочного процесса		
Современные средства планирования тренировки и контроля за уровнем подготовленности.	Презентация	ПК-2
Системы виртуальной реальности, спортивные компьютерные тренажеры и симуляторы	Презентация	ПК-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

- Посещение лекционных занятий – 1 балл, посещение практических занятий – 1 балл.
- Подготовка доклада – 1-10 баллов.
- Подготовка презентации – 1-10 баллов
- Подготовка реферата – 1-15 баллов

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
	<i>Итого</i>		
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
	Роль инновационных технологий в развитии физкультурно-массовых и спортивных сфер деятельности		
	Технологии в области методики тренировки.	1	10
	Технологии в области спортивной экипировки.	1	10
	Технологии в области спортивного инвентаря.	1	10
	Коммерциализация физкультурно-массовой и спортивной сфер деятельности		
	Развитие профессионального и массового спорта.	1	10
	Технологии развития спортивных клубов.	1	10
	Использование информационных и коммуникационных технологий при проведении массовых соревнований.	1	10
	Технологии организации учебно-тренировочного процесса		
	Современные средства планирования тренировки и контроля за уровнем подготовленности.	1	10
	Системы виртуальной реальности, спортивные компьютерные тренажеры и симуляторы	1	10
	Реферат на утвержденную тему	1	15
	Всего в семестре	67	111
	Промежуточная аттестация (зачет)	67	111
ИТОГО	67	111	
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 67 баллов (60% от максимально возможной суммы)			

7.1.1. Доклад

Доклад – подготовленное устное выступление на определённую тему, включающее постановку проблемы; изложение тезисов (положений), доказательств и примеров; выводы.

Примеры заданий

1. Вклад современной экипировки в соревновательных результат в избранном виде спорта.
2. Разнообразие средств и методов тренировки физкультурно-оздоровительной направленности.
3. Сравнительный анализ прогресса результатов в высокотехнологичных видах спорта и консервативных дисциплинах.
4. Современные методы контроля за уровнем физической подготовленности занимающихся.
5. Контроль за величиной тренировочных нагрузок с применением мониторов сердечного ритма.
6. Контроль за уровнем двигательной активности с применением мобильных устройств и специальных приложений.
7. Возможности моделирования соревновательных условий в некоторых видах спорта

при помощи компьютерных технологий.

8. Математическое моделирование тренировочных программ.
9. Индивидуализация спортивной экипировки.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Актуальность темы доклада	2,5 балла
Логичное, последовательное изложение материала	2,5 балла
Глубокое и полное раскрытие темы	2,5 балла
Развернутые ответы на вопросы	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.2. Презентация

Презентация – совокупный «продукт», его составляющие: текст, визуальный ряд, звуковой ряд. Материал слайдов реализует функцию передачи информации, а также получения обратной связи в процессе ее восприятия и усвоения с целью последующего развития у обучающихся отдельных компонентов компетенций на аудиторных занятиях и в рамках самостоятельной работы.

Примеры заданий

1. Пути повышения эффективности спортивной техники.
2. Взаимосвязь профессионального и массового спорта.
3. Модели спортивных клубов, как центров развития массового спорта.
4. Применение компьютерных технологий в организации физкультурно-массовых мероприятий.
5. Волонтерство в современных физкультурно-спортивных мероприятиях.
6. Инновационные технологии в производстве спортивной экипировки.
7. Развитие ветеранского спорта в различных спортивных дисциплинах.
8. Возраст спортсменов. Современные тенденции.
9. Использование современных технологий при моделировании различных условий соревновательной деятельности.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам	2,5 балла
Представление информации с помощью таблиц, схем, рисунков и т.д.	2,5 балла
Формулировка аргументированных выводы	2,5 балла
Оригинальность и креативность при подготовке презентации	2,5 балла
Максимальный балл	10

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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (подготовка и выступление с

докладом, презентацией);

3) подготовка реферата;

4) участие в физкультурных и спортивных мероприятиях различного уровня (личные достижения позволяют получить до 10 баллов).

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	<p>ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ</p> <p>ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.</p> <p>ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам</p> <p>ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ</p>	91-100	зачтено	отлично
повышенный	<p>ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ</p> <p>ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.</p> <p>ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам</p>	76-90		хорошо
базовый	<p>ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию</p>	61-75		удовлетворительно

	основных и дополнительных профессиональных программ ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам			
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<60	не зачтено	неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ПК	
Доклад	
ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.	
Презентация	
ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ. ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам	
Реферат	
ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ. ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Реферат

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

Примеры заданий

1. Пути совершенствования технологий спортивной подготовки
2. Технологии спорта лиц с ограниченными возможностями
3. Технологии физической реабилитации
4. Физкультурно-оздоровительные технологии, направленные на профилактику заболеваний людей с группами риска в состоянии физического и психического здоровья
5. Компьютерные технологии для урока физической культуры
6. Профилактика срыва адаптации спортсменов на этапах интенсивной подготовки и участия в соревнованиях
7. Актуальные проблемы внедрения новых технологий обучения и воспитания в

- сфере физической культуры и спорта
8. Диагностические и управляющие программные средства в физической культуре и спорте
 9. Инновационные технологии при проведении соревнований

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Актуальность темы	2,5 балла
Логичное, последовательное изложение материала	2,5 балла
Глубокое и полное раскрытие темы	2,5 балла
Развернутые ответы на вопросы	2,5 балла
Максимальный балл	10

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

а) основная литература

1. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. 050720-Физическая культура. / П. К. Петров - М.: Академия, 2008. - 288 с.
2. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте [Текст]: учеб. [для учреждений высш. проф. образования]. / П. К. Петров - 2-е изд., перераб. - М.: Академия, 2011. - 285,[2] с..

б) дополнительная литература

1. Бальсевич В.К. Актвая речь. Перспективы модернизации современных образовательных систем физического воспитания на основе интеграции национальной физической и спортивной культуры. - М.: Теория и практика физической культуры, 2002.
2. Ханевская Г.В. Современные технологии образования в области физической культуры //В сб. «Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования» Региональная студ. научно-практическая конференция г. Екатеринбург 2013г. С. 27 – 33.

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

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместры	
		1	2
Контактная работа с преподавателем (всего)	24	12	12
В том числе:			
Лекции	8	2	2
Практические занятия (ПЗ)			
Лабораторные работы (ЛР)	42	10	10
Самостоятельная работа (всего)	84	36	48
В том числе:			
Курсовая работа (проект)			

Реферат			
Другие виды самостоятельной работы			
Анализ научно-методической литературы	44	18	24
Просмотр видеоматериалов	40	18	22
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)			Зачет
Общая трудоемкость (часов)	108	48	60
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3		

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции и	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Роль инновационных технологий в развитии физкультурно-массовых и спортивных сфер деятельности	2		8	32	46
1.1	Технологии в области методики тренировки.	1		4	16	23
1.2	Технологии в области спортивной экипировки.	0,5		2	10	14,5
1.3	Технологии в области спортивного инвентаря.	0,5		2	6	8,5
2	Коммерциализация физкультурно-массовой и спортивной сфер деятельности	1		8	26	31
2.1	Развитие профессионального и массового спорта.	0,5		4	10	14,5
2.2	Технологии развития спортивных клубов.	0,25		2	8	10,25
2.3	Использование информационных и коммуникационных технологий при проведении массовых соревнований.	0,25		2	8	10,25
3	Технологии организации учебно-тренировочного процесса	1		8	26	31
3.1	Современные средства планирования тренировки и контроля за уровнем подготовленности.	0,5		4	13	17,5
3.2	Системы виртуальной реальности, спортивные компьютерные тренажеры и симуляторы	0,5		4	13	17,5
Всего:		4		24	84	108

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: Роль инновационных технологий в развитии физкультурно-массовых и спортивных сфер деятельности	
1.1	Технологии в области методики тренировки.	Анализ научно-методической литературы Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований. Посещение современных спортивных сооружений, участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий.
1.2	Технологии в области спортивной экипировки.	
1.3	Технологии в области спортивного инвентаря.	
2	Раздел: Коммерциализация физкультурно-массовой и спортивной сфер деятельности	
2.1	Развитие профессионального и массового спорта.	Анализ научно-методической литературы. Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований.
2.2	Технологии развития спортивных клубов.	
2.3	Использование информационных и коммуникационных технологий при проведении массовых соревнований.	Посещение современных спортивных сооружений, участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий.
3	Раздел: Технологии организации учебно-тренировочного процесса	
3.1	Современные средства планирования тренировки и контроля за уровнем подготовленности.	Анализ научно-методической литературы. Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований. Посещение современных спортивных сооружений, участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий.
3.2	Системы виртуальной реальности, спортивные компьютерные тренажеры и симуляторы	

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
**проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса**
_____ **В.П. Завойстый**
« ____ » _____ **2020 г.**

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.04 Современные направления фитнеса

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01. Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры
спортивных дисциплин, к.п.н.

Г.Е. Ступина

Утверждено на заседании кафедры

Спортивных дисциплин

«__» _____ 202_ г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой
спортивных дисциплин

С.Ф. Бурухин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины освоение инновационных направлений современного фитнеса профессиональной деятельности магистра физической культуры и спорта на основе специфики дисциплины «Современные направления фитнеса».

Основными **задачами** курса являются:

- **понимание** студентами целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в области физической культуры и спорта;
- **овладение** навыками двигательных действий в различных направлениях фитнеса;
- **развитие** студентами умений в области организации занятий;
- формирование комплекса знаний, умений и навыков в области разделов фитнеса, физической культуры и спорта;
- формирование профессиональных умений магистра по фитнесу, физической культуре и спорту в процессе обучения двигательным упражнениям;
- формирование умений и навыков научно-методической деятельности в области фитнеса, физической культуры и спорта;
- формирования комплекса двигательных навыков и физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности магистра по физической культуре и спорту.

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

Дисциплина включена в обязательную часть ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ПК-1	ПК-1 Способен организовывать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ	ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании. ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет ___3___ зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры		
			2	3
Контактная работа с преподавателем (всего)	40		20	20
В том числе:				
Лекции	4		2	2
Лабораторные работы (ЛР)	36		18	18
Самостоятельная работа (всего)	68		52	16
В том числе:				
Другие виды самостоятельной работы				
Анализ литературных данных			24	8
Просмотр видеоматериалов			28	8
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)			зачет	зачет
Общая трудоемкость (часов)	108		72	36
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3		2	1

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Занятия на тренажерных устройствах и приспособлениях.	Степ-аэробика, Bossu, Персональные тренировки в мини-группах.
2	Прикладные направления	Пилатес. Мио фасциальный релиз (МФР) Стрейтчинг
3	Воздействия комплексной направленности	Функциональный тренинг. Тренировки на улице. Высокоинтенсивные интервальные тренировки (ВИИТ). Фитнес на рабочем месте.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов			
		Лекции и	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Занятия на тренажерных устройствах и приспособлениях.	1	10	20	31
1.1.	Степ-аэробика		2	8	10
1.2.	Bossu		4	6	10

1.3.	Персональные тренировки в мини-группах.		4	6	10
2	Прикладные направления	1	8	32	41
2.1.	Пилатес.		2	12	14
2.2.	Мио фасциальный релиз (МФР)		4	12	16
2.3.	Стрейтчинг		2	8	10
3	Воздействия комплексной направленности	2	18	16	36
3.1.	Функциональный тренинг.		6	4	10
3.2.	Тренировки на улице.		4	4	8
3.3.	Высокоинтенсивные интервальные тренировки (ВИИТ).		4	4	8
3.4.	Фитнес на рабочем месте.		4	4	8
Всего:		4	36	68	108

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	Степ-аэробика.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
2	Bossu.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
3	Персональные тренировки в мини-группах.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
4	Пилатес.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
5	Мио фасциальный релиз (МФР).	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
6	Стрейтчинг.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
7	Функциональный тренинг.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
8	Тренировки на улице.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
9	Высокоинтенсивные интервальные тренировки (ВИИТ).	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
10	Фитнес на рабочем месте.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.

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 (указать шифр)
Степ-аэробика.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Bossu.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Персональные тренировки в мини-группах.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Пилатес.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Мио фасциальный релиз (МФР).	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Стрейтчинг.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Функциональный тренинг.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Тренировки на улице.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Высокоинтенсивные интервальные тренировки (ВИИТ).	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1
Фитнес на рабочем месте.	Фрагмент урока, занятия. Устный опрос	ПК-1

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.

Устный опрос – 1-5 баллов.

Выполнение двигательных тестов – 1-5 баллов.

Проведение на лабораторных занятиях фрагмента урока, занятия – 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
Контроль посещаемости	Посещение лекционных, практических (лабораторных) занятий	1	40
	Итого	1	40
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. Кол-во баллов	Макс. Кол-во баллов
	Степ-аэробика.	1	5
	Bossu.	1	5
	Персональные тренировки в мини-группах.	1	5
	Пилатес.	1	5
	Мио фасциальный релиз (МФР).	1	5
	Стрейтчинг.	1	5
	Функциональный тренинг.	1	5
	Тренировки на улице.	1	5
	Высокоинтенсивные интервальные тренировки (ВИИТ).	1	5
	Фитнес на рабочем месте.	1	5
Всего во 2 семестре		6	30
Промежуточная аттестация (зачет)		6	30
Всего в 3 семестре		6	30
Промежуточная аттестация (зачет)		6	30
ИТОГО		12	60
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 32 баллов			

7.1.1. Фрагмент урока, занятия. Разработка.

Проведение фрагмента урока, занятия – направлено на обеспечение необходимой теоретической и практической методической подготовки студентов для будущей педагогической деятельности в образовательной сфере «Физическая культура».

Примеры заданий

Разработать и провести фрагмент урока, занятия по теме:

1. Степ-аэробика.
2. Bossu.
3. Пилатес.
4. Мио фасциальный релиз (МФР).
5. Стрейтчинг.
6. Функциональный тренинг.

7. Тренировки на улице.
8. Высокointенсивные интервальные тренировки (ВИИТ).
9. Фитнес на рабочем месте.

**Критерии оценивания заданий, выполненных
на практических (лабораторных) занятиях**

Критерий	Балл
Точность терминологии.	1 балл
Образцовый показ упражнений	1 балл
Логика и грамотность изложения материала	1 балл
Точность команд и методических указаний. Командный голос.	1 балл
Согласованность с музыкой.	1 балл
Максимальный балл	5

7.1.2. Устный опрос

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

Примерные темы

1. Какие подаются команды для перехода к следующему упражнению?
2. Назовите структуру музыкального квадрата?
3. Назовите, основные мышечные группы, задействованные в конкретном упражнении?

Критерии оценивания

Критерий	Балл
Точность терминологии	2 балла
Логика и грамотность изложения материала	3 балла
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:

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

- 1) посещаемость занятий;
- 2) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (разработка фрагментов урока, занятия, устный опрос);

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	<p>ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.</p> <p>ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.</p>	51-60	зачтено	
повышенный	<p>ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.</p> <p>ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.</p>	43-50		

базовый	ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании. ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	33-42		
низкий	ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании. ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	<32	не зачтено	

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций
ПК
Устный опрос
ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.
ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.
Фрагмент урока, занятия. Разработка
ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.
ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации.

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

а) основная литература

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., Теория и методика физического воспитания и спорта, М, Академия, 2003, 480с
2. Митрохина В.В., Аэробика. Теория. Методика. Практика, [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / — Электрон. текстовые данные. М, Российский университет дружбы народов, 2010, 136с <http://www.iprbookshop.ru/11442.html>
3. Ерёмускин М.А. Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура [Электронный ресурс] / М.А. Ерёмускин. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2016. — 184 с. — 978-5-9907239-7-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43906.html>

б) дополнительная литература

1. Аэробика. Содержание и методика оздоровительных занятий [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2010. — 45 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22311.html>
2. Горбачев М.С., Ступина Г.Е./сост., Средства гимнастики на занятиях физической культурой, Ярославль, РИО ЯГПУ, 2016, 51с

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:

Программа дисциплины предполагает проведение лекционных и лабораторных занятий, изучение которых направлено на формирование профессионально значимых компетенций.

Практические задания в рамках изучения дисциплины предполагают осуществление практической деятельности для работы в школе и дополнительном образовании.

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 движения, 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

На лекционных и лабораторных занятиях применяется мультимедийная аппаратура для сопровождения устных сообщений, анализа техники спортивных движений. лабораторные занятия проводятся в условиях гимнастического зала. При организации учебных занятий используется спортивный инвентарь (босу, степы, фитболы и др, измерительные приборы).

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет ___3___ зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместры		
		5	6	
Контактная работа с преподавателем (всего)	24	12	12	
В том числе:				
Лекции	4	2	2	
Лабораторные работы (ЛР)	20	10	10	
Самостоятельная работа (всего)	84	42	42	
В том числе:				
Другие виды самостоятельной работы				
Анализ литературных данных		22	22	

Просмотр видеоматериалов		20	20	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		зачет	зачет	
Общая трудоемкость (часов)	108	54	54	
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	1,5	1,5	

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов			
		Лекции и	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Занятия на тренажерных устройствах и приспособлениях.	1	6	21	28
1.1.	Степ-аэробика		2	6	
1.2.	Bossu		2	7	
1.3.	Персональные тренировки в мини-группах.		1	8	
2	Прикладные направления	1	4	21	26
2.1.	Пилатес.		1	6	
2.2.	Мио фасциальный релиз (МФР)		2	7	
2.3.	Стрейтчинг.		1	8	
3	Воздействия комплексной направленности	2	10	42	54
3.1.	Функциональный тренинг.		3	10	
3.2.	Тренировки на улице.		2	10	
3.3.	Высокоинтенсивные интервальные тренировки (ВИИТ).		3	10	
3.4.	Фитнес на рабочем месте.		2	12	
Всего:		4	20	84	108

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	Степ-аэробика.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
2	Bossu.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
3	Персональные тренировки в мини-группах.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.

4	Пилатес.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
5	Мио фасциальный релиз (МФР).	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
6	Стрейтчинг.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
7	Функциональный тренинг.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
8	Тренировки на улице.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
9	Высокоинтенсивные интервальные тренировки (ВИИТ).	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.
10	Фитнес на рабочем месте.	Изучение и анализ литературных источников, видеозаписей.

(направленность (профиль) Технологии спортивной
подготовки) Министерство науки и высшего образования Российской
Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса
_____ В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.05 Теория физической культуры и спорта

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01 Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:
доцент кафедры
МБОС и ТФК, к.п.н.

Щербак А.П.

Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК
«__» _____ 2020 г.
Протокол № _____

Зав. кафедрой, проф.

В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Теория физической культуры и спорта» - формирование профессиональных качеств и освоение технологии профессиональной деятельности педагога в сфере физической культуры и спорта на основе специфики дисциплины.

Основными **задачами** курса являются:

- понимание студентами целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту;
- овладение знаниями, умениями и навыками в области спортивной подготовки, позволяющей выявить функциональные возможности организма, действенного фактора формирования личности, ее социализации, стимула к самоопределению и самоутверждению индивида;
- развитие возможностей, потребностей, достижений обучающихся в области образования.

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

Дисциплина включена в обязательную часть ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ОПК-2	Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации	ОПК-2.5. Разрабатывает программу учебной дисциплины и технологические карты учебных занятий на основе интеграции современных методов и технологий обучений	собеседование практическое задание устный ответ
ОПК-8	Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований	ОПК-8.4. Проектирует систему работы с коллективом на основе современных теорий и концепций о развитии детско-взрослых сообществ	доклад устный ответ

ПК-2	Способен проектировать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	собеседование практическое задание устный ответ
------	---	--	---

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 10 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		1	2
Контактная работа с преподавателем (всего)	56	30	26
В том числе:			
Лекции	18	10	8
Практические занятия (ПЗ)	38	20	18
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	268	150	118
В том числе:			
Курсовая работа (проект)	-	-	-
Реферат	-	-	-
Другие виды самостоятельной работы			
Анализ литературных данных	50	28	22
Подготовка устных ответов	80	45	35
Просмотр видеоматериалов	40	22	18
Выполнение письменных заданий	98	55	43
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	36	-	36

Общая трудоемкость (часов)	360	180	180
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	10	5	5

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Уровни регуляции движений	Основные понятия: обучение, умение, навык, спортивная техника, динамический стереотип. Уровни управления движениями по Н.А. Бернштейну. Центральные и периферические механизмы регуляции движений. Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений: базальные ганглии, мозжечок, кора головного мозга. Нисходящие двигательные пути мозга: пирамидный и экстрапирамидный тракт.
2	Теория и методики обучения двигательным действиям	Общая структура обучения двигательным действиям. Дидактические принципы обучения двигательным навыкам. Этап начального разучивания. Этап углубленного разучивания. Этап закрепления и совершенствования. Двигательные ошибки, причины возникновения, способы предупреждения и исправления. Методы обучения двигательным навыкам.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции и	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: Уровни регуляции движений	10	10	-	112	132
1.1.	Тема: Основные понятия: обучение, умение, навык, спортивная техника, динамический стереотип	2	2	-	20	24
1.2	Тема: Уровни управления движениями по Н.А. Бернштейну	2	2	-	20	24
1.3	Тема: Центральные и периферические механизмы регуляции движений	2	2	-	24	28
1.4	Тема: Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений: базальные ганглии, мозжечок, кора головного мозга	2	2	-	24	28
1.5	Тема: Нисходящие двигательные пути мозга: пирамидный и экстрапирамидный тракт	2	2	-	24	28
2	Раздел: Теория и методики обучения двигательным действиям	8	28	-	156	192

2.1	Тема: Общая структура обучения двигательным действиям	2	4	-	22	28
2.2	Тема: Дидактические принципы обучения двигательным навыкам	2	4	-	22	28
2.3	Тема: Этап начального разучивания	-	4	-	20	24
2.4	Тема: Этап углубленного разучивания	-	4	-	20	24
2.5	Тема: Этап закрепления и совершенствования	-	4	-	20	24
2.6	Тема: Двигательные ошибки, причины возникновения, способы предупреждения и исправления	2	4	-	22	28
2.7	Тема: Методы обучения двигательным навыкам	2	4	-	30	36
Всего:		18	38	-	268	324

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: обучение, умение, навык, спортивная техника, динамический стереотип.	Подготовка к собеседованию с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
2	Уровни управления движениями по Н.А. Бернштейну.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
3	Центральные и периферические механизмы регуляции движений.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
4	Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений: базальные ганглии, мозжечок, кора головного мозга.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
5	Нисходящие двигательные пути мозга: пирамидный и экстрапирамидный тракт.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
6	Общая структура обучения двигательным действиям.	Подготовка к собеседованию с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу

7	Дидактические принципы обучения двигательным навыкам.	Подготовка к собеседованию с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
8	Этап начального разучивания.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий
9	Этап углубленного разучивания.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий
10	Этап закрепления и совершенствования.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий
11	Двигательные ошибки, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий
12	Методы обучения двигательным навыкам.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий

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 (указать шифр)
Основные понятия: обучение, умение, навык, спортивная техника, динамический стереотип.	собеседование	ПК-2
Уровни управления движениями по Н.А. Бернштейну.	доклад	ОПК-8
Центральные и периферические механизмы регуляции движений.	доклад	ОПК-8
Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений: базальные ганглии, мозжечок, кора головного мозга.	доклад	ОПК-8
Нисходящие двигательные пути мозга: пирамидный и экстрапирамидный тракт.	доклад	ОПК-8

Общая структура обучения двигательным действиям.	собеседование	ОПК-2
Дидактические принципы обучения двигательным навыкам.	собеседование	ОПК-8
Этап начального разучивания.	практическое задание	ОПК-2
Этап углубленного разучивания.	практическое задание	ОПК-2
Этап закрепления и совершенствования.	практическое задание	ОПК-2
Двигательные ошибки, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.	практическое задание	ПК-2
Методы обучения двигательным навыкам.	практическое задание	ПК-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

Посещение лекционных занятий и отсутствие на занятии – 0 баллов, посещение практических занятий – 0,5 баллов.

Выступление на практических занятиях активное участие в обсуждении, представление результатов самостоятельной работы (1-2 балла): периодическая активность – 1 балл, активное участие в обсуждении проблем и практических заданий – 2 балла.

Выполнение заданий для самостоятельной работы – от 1 до 6 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	0	1
	<i>Итого</i>	15	28
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
	Основные понятия: обучение, умение, навык, спортивная техника, динамический стереотип.	0,5	3
	Уровни управления движениями по Н.А. Бернштейну.	0,5	4
	Центральные и периферические механизмы регуляции движений.	0,5	4
	Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений: базальные ганглии, мозжечок, кора головного мозга.	0,5	4
	Нисходящие двигательные пути мозга: пирамидный и экстрапирамидный тракт.	0,5	4
	Общая структура обучения двигательным действиям.	0,5	3
	Дидактические принципы обучения двигательным навыкам.	0,5	3
	Этап начального разучивания.	0,5	3
	Этап углубленного разучивания.	0,5	3

	Этап закрепления и совершенствования.	0,5	3
	Двигательные ошибки, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.	0,5	3
	Методы обучения двигательным навыкам.	0,5	3
	Итого	6	40
Всего		21	68
Промежуточная аттестация (экзамен)		6	30
ИТОГО		27	98
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 40 баллов			

Примеры заданий для практических занятий

1. Представьте примеры зависимости продолжительности перехода от двигательного умения до двигательного навыка:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____

2. Обоснуйте: требуется ли любое двигательное умение переводить в двигательный навык?

3. Опишите фазы протекания нервных процессов при выполнении физического упражнения.

Название фазы	Характеристика	Пример
1.		
2.		
3.		

4. Опишите законы формирования двигательного навыка.

Название фазы	Характеристика	Пример
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

5. Приведите примеры закона переноса двигательного навыка.

Перенос	Пример
положительный	
отрицательный	

6. Укажите цель и задачи этапов обучения двигательным действиям.

Название этапа	Цель этапа	Основные педагогические задачи
		1.
		2.
		3.
		4.
		1.
		2.
		3.
		1.
		2.

		3.
		4.

7. Укажите на конкретных примерах причины двигательных ошибок при обучении двигательным действиям:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____

8. Каким правилам следует придерживаться для исправления ошибок при обучении двигательным действиям:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов	0,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	0,5 балла
Практическая направленность	1 балл
Оригинальность предлагаемых решений	1 балл
Максимальный балл	3

Примерные темы докладов

- 1 Физиологические характеристики уровней владения двигательным действием
- 2 Вклад Н.А. Бернштейна в разработку теории управления движениями
- 3 Роль базальных ганглиев в регуляции движений.
- 4 Роль мозжечка в регуляции движений.
- 5 Роль коры головного мозга в регуляции движений.
- 6 Пирамидный нисходящий тракт
Экстрапирамидный нисходящий тракт.

Критерии оценивания докладов

Критерий	Балл
Соблюдение заданной структуры доклада (обоснование актуальности темы, основная часть, заключение).	0,5 балла
Разнообразие представленных в докладе точек зрения на проблему	1 балл
Логика и грамотность изложения материала	0,5 балла
Наличие презентации для сопровождения	1 балл
Наличие собственной обоснованной точки зрения на проблему	1 балл
Максимальный балл	4

Примерные темы собеседования

- 1 Терминология в сфере физической культуры и спорта: федеральные законы «Об образовании в Российской Федерации» и «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- 2 Общая структура обучения двигательным действиям в ходе занятий физической культурой и спортивной подготовкой: сходства и различия

Критерии оценивания собеседования

Критерий	Балл
Соблюдение темы собеседования	0,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов	0,5 балла
Разнообразие представленных точек зрения на проблему	1 балл
Наличие собственной обоснованной точки зрения на проблему	1 балл
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:**

Экзамен проходит в форме устного ответа на заданные вопросы по всем разделам дисциплины. Для получения допуска к экзамену необходимо набрать 60% баллов в течение 1 и 2 семестра по дисциплине. Баллы по разделам дисциплины накапливаются на лекционных и практических занятиях и выполнении самостоятельной работы по каждому разделу дисциплины. По итогам экзамена выставляется количественная оценка по шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Колич. показатель (баллы БРС)	Оценка*
			Квантитативная
высокий	1. Продемонстрированы систематизированные, глубокие, полные знания по всем разделам дисциплины. 2. Проявлено умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин. 3. Точное использование научной терминологии, безупречное владение инструментарием дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении стандартных и нестандартных профессиональных задач в условиях неопределенности. 4. Полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины 5. Способность аргументировано обсуждать стандартные и нестандартные профессиональные проблемы, давать отзывы, отстаивать свою точку зрения	26-30	отлично

повышенный	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продемонстрированы систематизированные, достаточно полные знания по основным разделам дисциплины. 2. Проявлено умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку. 3. Использование научной терминологии, владение инструментарием дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении стандартных профессиональных задач в условиях информационной и временной определенности. 4. Усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины 5. Способность аргументировано обсуждать стандартные профессиональные проблемы, давать отзывы, отстаивать свою точку зрения. 	20-25	хорошо
базовый	<ol style="list-style-type: none"> 1. Достаточные знания в объеме дисциплины. 2. Проявлено умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине. 3. Использование научной терминологии, владение инструментарием дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении стандартных профессиональных задач. 4. Усвоение основной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины 5. Способность обсуждать стандартные профессиональные проблемы. 	16-20	удовлетворительно
низкий	<ol style="list-style-type: none"> 1. Недостаточно полный объем знаний в рамках дисциплины. 2. Неумение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине. 3. Неумение использовать научную терминологию, слабое владение инструментарием дисциплины, некомпетентность в решении стандартных профессиональных задач. 4. Усвоение отдельных источников литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины. 5. Способность обсуждать стандартные профессиональные проблемы. 	<15	неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ОПК	ПК
устный ответ	
ОПК-2. Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации ОПК-8. Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований	ПК-2. Способен проектировать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Устный ответ

Краткая характеристика устного ответа на экзамене:

- продемонстрированы систематизированные, глубокие, полные знания по всем разделам дисциплины;
- проявлено умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин;
- точное использование научной терминологии, безупречное владение инструментарием дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении стандартных и нестандартных профессиональных задач в условиях неопределенности;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- способность аргументировано обсуждать стандартные и нестандартные профессиональные проблемы, давать отзывы, отстаивать свою точку зрения.

Критерии оценивания устного ответа

Критерий (формулируется на основе индикаторов проверяемых компетенций)	Балл
Продemonстрирована способность разрабатывать программу учебной дисциплины и технологические карты учебных занятий на основе интеграции современных методов и технологий обучений	5
Учитывает проектирование системы работы с коллективом на основе современных теорий и концепций о развитии детско-взрослых сообществ	5
Ссылается на научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ	5
Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	5
Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам	5
Знает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	5
Максимальный балл	30

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

а) основная литература

1. Курьсь В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения: учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2013. - 368 с.
2. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. - М.: Советский спорт, 2010. - 392 с.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. - М.: Академия, 2018. - 480 с.

б) дополнительная литература

3. Шульговский В. В. Физиология высшей нервной деятельности с основами нейробиологии: учеб. для студ. биол. спец. вузов. / В.В. Шульговский - М.: АCADEMIA, 2003. - 460 с.
4. Гайтон А. К. Медицинская физиология [Текст]: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению "Биология" и специальности "Физиология". / А. К. Гайтон, Дж. Э. Холл; пер. с англ. - М.: Логосфера, 2008. - 1256 с.

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:

- *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 физической культуры и спорта;

- *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 четыре балла, получаемые в процессе работы баллы суммируются и учитываются при выставлении оценки в аттестационные недели, по итогам изучения дисциплины.

Программа дисциплины предполагает проведение по каждой теме лекционных и(или) практических занятий. Тематический план включает 12 тем, изучение которых направлено на формирование профессионально значимых компетенций.

Практические задания в рамках изучения дисциплины предполагают осуществление практической деятельности обучающегося в конкретном физкультурно-спортивном коллективе.

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 10 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместры	
		второй	третий
Контактная работа с преподавателем (всего)	26	14	12
В том числе:			
Лекции	10	6	4
Практические занятия (ПЗ)	16	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	298	166	132
В том числе:			
Курсовая работа (проект)	-	-	-
Реферат	-	-	-
Другие виды самостоятельной работы			
Анализ литературных данных	80	44	36

Подготовка устных ответов	80	45	35
Просмотр видеоматериалов	40	22	18
Выполнение письменных заданий	98	55	43
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	36	-	36
Общая трудоемкость (часов)	360	180	180
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	10	5	5

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 часов
1	Раздел: Уровни регуляции движений	5	-	-	127	132
1.1.	Тема: Основные понятия: обучение, умение, навык, спортивная техника, динамический стереотип	1	-	-	23	24
1.2	Тема: Уровни управления движениями по Н.А. Бернштейну	1	-	-	23	24
1.3	Тема: Центральные и периферические механизмы регуляции движений	1	-	-	27	28
1.4	Тема: Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений: базальные ганглии, мозжечок, кора головного мозга	1	-	-	27	28
1.5	Тема: Нисходящие двигательные пути мозга: пирамидный и экстрапирамидный тракт	1	-	-	27	28
2	Раздел: Теория и методики обучения двигательным действиям	5	16	-	171	192
2.1	Тема: Общая структура обучения двигательным действиям	1	2	-	25	28
2.2	Тема: Дидактические принципы обучения двигательным навыкам	1	2	-	25	28
2.3	Тема: Этап начального разучивания	-	2	-	22	24
2.4	Тема: Этап углубленного разучивания	-	2	-	22	24
2.5	Тема: Этап закрепления и совершенствования	-	2	-	22	24
2.6	Тема: Двигательные ошибки, причины возникновения, способы предупреждения и исправления	1	2	-	25	28
2.7	Тема: Методы обучения двигательным навыкам	2	4	-	30	36
Всего:		10	16	-	298	324

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	Основные понятия: обучение, умение, навык, спортивная техника, динамический стереотип.	Подготовка к собеседованию с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
2	Уровни управления движениями по Н.А. Бернштейну.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
3	Центральные и периферические механизмы регуляции движений.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
4	Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений: базальные ганглии, мозжечок, кора головного мозга.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
5	Нисходящие двигательные пути мозга: пирамидный и экстрапирамидный тракт.	Подготовка доклада с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
6	Общая структура обучения двигательным действиям.	Подготовка к собеседованию с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
7	Дидактические принципы обучения двигательным навыкам.	Подготовка к собеседованию с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела. Подготовка к устному ответу
8	Этап начального разучивания.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий
9	Этап углубленного разучивания.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий
10	Этап закрепления и совершенствования.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий

11	Двигательные ошибки, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий
12	Методы обучения двигательным навыкам.	Подготовка выступления с использованием современных научных статей, монографий, интернет-сообщений по теме раздела Подготовка к устному ответу Выполнение письменных заданий

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса
_____ В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.06 Управление спортивной тренировкой

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01. Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

доцент кафедры
спортивных дисциплин, к.б.н.

П.В. Михайлов

**Утверждено на заседании кафедры
спортивных дисциплин**

« __ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой:
д.п.н., профессор

С.Ф. Бурухин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Управление спортивной тренировкой» – освоение технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики дисциплины.

Основными **задачами** курса являются:

1. понимание важности комплексных знаний в области контроля за тренировочными и соревновательными нагрузками;
2. овладение навыками научно-методической деятельности в области управления спортивной тренировки;
3. развитие умений осуществлять различные виды контроля в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, а также анализировать полученные данные.

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

Дисциплина включена в **обязательную часть ОПОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ПК-1	Способен организовывать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ	ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.	Презентация. Доклад. Реферат.
ПК-2	Способен проектировать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ. ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	Презентация. Доклад. Реферат.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		3	4

Контактная работа с преподавателем (всего)	50	24	26
В том числе:			
Лекции	16	8	8
Практические занятия (ПЗ)	34	16	18
Семинары (С)	-	-	
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	
Самостоятельная работа (всего)	94	48	46
В том числе:			
Реферат	16		16
Другие виды самостоятельной работы			
Анализ научно-методической литературы	46	28	16
Анализ видеоматериалов	32	20	14
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		зачет	зачет с оц.
Общая трудоемкость час	144	72	72
Зачетных единиц	4	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование темы
1	Тренировка, как управляемый процесс	Специфика управления тренировкой в различных видах спорта. Тренировочные эффекты и их оценка. Управление спортивной формой.
2	Периодизация спортивной подготовки	Планирование спортивной тренировки на различные по продолжительности и направленности циклы подготовки. Объем и интенсивность тренировочных нагрузок. Контроль за уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовленностью спортсмена.
3	Оценка двигательной одаренности и прогноз спортивных результатов	Наследуемость двигательных качеств. Тренируемость, как вид двигательной одаренности. Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности. Прогностические модели.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Тренировка, как управляемый процесс	6	12	-	36	54
1.1	Специфика управления тренировкой в различных видах спорта.	2	4		12	18
1.2	Тренировочные эффекты и их оценка.	2	4		12	18
1.3	Управление спортивной формой.	2	4		12	18
2	Периодизация спортивной подготовки	6	12	-	36	54

2.1	Планирование спортивной тренировки на различные по продолжительности и направленности циклы подготовки.	2	4		12	18
2.2	Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.	2	4		12	18
2.3	Контроль за уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовленностью спортсмена.	2	4		12	18
3	Оценка двигательной одаренности и прогноз спортивных результатов	4	10	-	22	36
3.1	Наследуемость двигательных качеств.	2	6		12	20
3.2	Тренируемость, как вид двигательной одаренности.	1	2		6	9
3.3	Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности. Прогностические модели.	1	2		4	7
Всего		16	34		94	144

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	Тренировка, как управляемый процесс	
1.1	Специфика управления тренировкой в различных видах спорта.	Анализ научно-методической литературы Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований.
1.2	Тренировочные эффекты и их оценка.	
1.3	Управление спортивной формой.	
2	Периодизация спортивной подготовки	
2.1	Планирование спортивной тренировки на различные по продолжительности и направленности циклы подготовки.	Анализ научно-методической литературы. Анализ видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований.
2.2	Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.	
2.3	Контроль за уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовленностью спортсмена.	
3	Оценка двигательной одаренности и прогноз спортивных результатов	
3.1	Наследуемость двигательных качеств.	Анализ научно-методической литературы. Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований.
3.2	Тренируемость, как вид двигательной одаренности.	
3.3	Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности. Прогностические модели.	

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Современные средства контроля в тренировочном процессе.

2. Особенности управления спортивной тренировкой в различных видах спорта.
3. Прогнозирование спортивных достижений на основе возрастной динамики результатов.
4. Контроль за уровнем развития силовых качеств
5. Контроль за уровнем развития гибкости.
6. Контроль за уровнем развития координации движений.
7. Контроль за уровнем развития выносливости.
8. Использование высокогорной подготовки в видах спорта на выносливость.
9. Лабораторные методы функциональной диагностики в спорте.

7. Фонды оценочных средств

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

Наименование темы дисциплины	Средства текущего контроля	Перечень компетенций
Тренировка, как управляемый процесс		
Специфика управления тренировкой в различных видах спорта.	Доклад	ПК-1, ПК-2
Тренировочные эффекты и их оценка.	Презентация.	ПК-1, ПК-2
Управление спортивной формой.	Презентация	ПК-1, ПК-2
Периодизация спортивной подготовки		
Планирование спортивной тренировки на различные по продолжительности и направленности циклы подготовки.	Доклад	ПК-1, ПК-2
Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.	Презентация	ПК-1, ПК-2
Контроль за уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовленностью спортсмена.	Презентация	ПК-1, ПК-2
Оценка двигательной одаренности и прогноз спортивных результатов		
Наследуемость двигательных качеств.	Доклад	ПК-1, ПК-2
Тренируемость, как вид двигательной одаренности.	Презентация	ПК-1, ПК-2
Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности. Прогностические модели.	Презентация	ПК-1, ПК-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

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

Подготовка доклада – 1-10 баллов.

Подготовка презентации – 1-10 баллов

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

<i>Итого</i>			
	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
	Контроль работы на занятиях	Тренировка, как управляемый процесс	
Специфика управления тренировкой в различных видах спорта.		1	10
Тренировочные эффекты и их оценка.		1	10
Управление спортивной формой.		1	10
Периодизация спортивной подготовки			
Планирование спортивной тренировки на различные по продолжительности и направленности циклы подготовки.		1	10
Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.		1	10
Контроль за уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовленностью спортсмена.		1	10
Оценка двигательной одаренности и прогноз спортивных результатов			
Наследуемость двигательных качеств.		1	10
Тренируемость, как вид двигательной одаренности.		1	10
Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности.		1	10
Прогностические модели.			
Реферат на утвержденную тему		1	15
Всего в 3 семестре		77	129
Промежуточная аттестация (зачет)		77	129
Всего в 4 семестре		77	131
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		77	131
ИТОГО		154	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 77 баллов (60% от максимально возможной суммы)			

7.1.1. Доклад

Доклад – подготовленное устное выступление на определённую тему, включающее постановку проблемы; изложение тезисов (положений), доказательств и примеров; выводы.

Примеры заданий

1. Предпосылки возникновения системы управления спортивной тренировкой.
2. Совершенствование методов оценки различных сторон подготовленности спортсменов в избранном виде.
3. Методы исследования физической работоспособности.
4. Тесты для оценки специальной работоспособности спортсменов.
5. Динамика тренировочных нагрузок в макроцикле в избранном виде спорта.
6. Планирование подготовки в предсоревновательном и соревновательном периодах.
7. Учет возрастных особенностей занимающихся при планировании и организации тренировочного процесса в избранном виде спорта.
8. Индивидуализация подготовки у спортсменов высокой квалификации.
9. Оценка тренировочных эффектов в избранном виде спорта.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Актуальность темы доклада	2,5 балла
Логичное, последовательное изложение материала	2,5 балла
Глубокое и полное раскрытие темы	2,5 балла
Развернутые ответы на вопросы	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.2. Презентация

Презентация – совокупный «продукт», его составляющие: текст, визуальный ряд, звуковой ряд. Материал слайдов реализует функцию передачи информации, а также получения обратной связи в процессе ее восприятия и усвоения с целью последующего развития у обучающихся отдельных компонентов компетенций на аудиторных занятиях и в рамках самостоятельной работы.

Примеры заданий

1. Цикличность подготовки в спорте.
2. Закономерности построения тренировочных программ в избранном виде спорта.
3. Этапный контроль избранном виде спорта.
4. Динамика объема и интенсивности тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки.
5. Критерии отбора юных спортсменов для занятий избранным видом спорта.
6. Оценка эффективности тренировочной программы.
7. Особенности планирования подготовки у детей, юношей и juniоров.
8. Особенности планирования подготовки с возрастными спортсменами.
9. Планирование восстановительных мероприятий в микроциклах и мезоциклах.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам	2,5 балла
Представление информации с помощью таблиц, схем, рисунков и т.д.	2,5 балла
Формулировка аргументированных выводы	2,5 балла
Оригинальность и креативность при подготовке презентации	2,5 балла
Максимальный балл	10

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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (подготовка и выступление с докладом, презентацией);
- 3) подготовка реферата;

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	<p>ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.</p> <p>ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ</p> <p>ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.</p> <p>ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам</p> <p>ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ</p>	91-100	зачтено	отлично
повышенный	<p>ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.</p> <p>ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.</p> <p>ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам</p>	76-90		хорошо
базовый	<p>ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.</p> <p>ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и</p>	61-75		удовлетворительно

	дополнительным профессиональным образовательным программам			
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<60	не зачтено	неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
ПК	
Доклад	
ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.	
Презентация	
ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ	
ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.	
ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам	
Реферат	
ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.	
ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ.	
ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Реферат

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

Примеры заданий

1. Определение предрасположенности к определенной группе видов спорта (на выносливость, скоростно-силовым, сложно-координационным, игровым и др).
2. Учет сенситивных периодов развития при планировании тренировочной работы с детьми и юношами.
3. Организация оперативного, текущего и этапного контроля в избранном виде спорта.
4. Закономерности развития спортивной формы. Применение тайпинга в спорте.
5. Подход к тренировочному процессу с позиций концепции физиологической адаптации.
6. Прогнозирование развития тренированности и объективные показатели ее изменения в процессе реализации тренировочной программы.
7. Контроль за уровнем технической и тактической подготовленности в избранном виде спорта.
8. Контроль за уровнем физической подготовленности в избранном виде спорта.
9. Психологическая подготовка спортсменов в избранном виде спорта.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Актуальность темы	3 балла
Логичное, последовательное изложение материала	4 балла
Глубокое и полное раскрытие темы	4 балла
Развернутые ответы на вопросы	4 балла
Максимальный балл	15

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

а) основная литература

1. Афанасьев В.В. Основы отбора, прогноза и контроля в спорте [Текст]: монография / В.В. Афанасьев, А.В. Муравьев, И.А. Осетров, П.В. Михайлов, А.А. Муравьев, Л.А. Огородникова, М.А Сивов. - Ярославль, 2008. – 278 с.
2. Барчуков И.С., Нестеров А.А., Физическая культура и спорт: методология, теория, практика, М, Академия, 2008, 528с.
3. Афанасьев В.В. Спортивная метрология [эл. ресурс]: учеб. пособие / В.В. Афанасьев, А.В. Муравьев, И.А. Осетров, П.В. Михайлов - Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2009. - 242 с. <http://cito-web.yspu.org/link1/metod/met162/met162.pdf>

б) дополнительная литература

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта, М, Академия, 2003, 144с
2. Жилкин А.И. Легкая атлетика [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. 050720 - Физическая культура. / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук; В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук - 5-е изд., испр. - М.: Академия, 2008. - 464 с.: ил.
3. Лебедев И.А. Элементы учебных исследований на занятиях по легкой атлетике [Текст]: метод. рекомендации / И.А. Лебедев, П.В. Михайлов, И.А. Осетров. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2009. – 32с.
4. Мельников А.А. Физиологические основы спортивной подготовки, Ярославль, ЯГПУ, 2006, 0с
5. Лебедев И.А., Осетров И.А., Михайлов П.В. Пробные уроки по легкой атлетике [эл. ресурс]: методические рекомендации. - Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2009. – 32с. <http://cito-web.yspu.org/link1/metod/met132/met132.html>

в) программное обеспечение

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

1. Microsoft Windows
2. Microsoft Office
3. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
4. ЭПС «Система Гарант-Максимум»
5. 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»

10. Методические указания для 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

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 (полный и сокращенный срок обучения)

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместры	
		5	6
Контактная работа с преподавателем (всего)	28	14	14
В том числе:			
Лекции	12	6	6
Практические занятия (ПЗ)	16	8	8
Семинары (С)	-	-	
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	
Самостоятельная работа (всего)	80	58	22
В том числе:			

Реферат	16		16
Другие виды самостоятельной работы			
Анализ научно-методической литературы	40	38	2
Анализ видеоматериалов	24	20	4
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	36	зачет	36 зачет с оц.
Общая трудоемкость час	144	72	72
Зачетных единиц	4	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	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Тренировка, как управляемый процесс	4	6	-	32	42
1.1	Специфика управления тренировкой в различных видах спорта.	2	2		12	16
1.2	Тренировочные эффекты и их оценка.	1	2		10	13
1.3	Управление спортивной формой.	1	2		10	13
2	Периодизация спортивной подготовки	4	6	-	32	42
2.1	Планирование спортивной тренировки на различные по продолжительности и направленности циклы подготовки.	2	2		12	16
2.2	Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.	1	2		10	13
2.3	Контроль за уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовленностью спортсмена.	1	2		10	13
3	Оценка двигательной одаренности и прогноз спортивных результатов	4	4	-	16	24
3.1	Наследуемость двигательных качеств.	2	2		6	10
3.2	Тренируемость, как вид двигательной одаренности.	1	1		6	8
3.3	Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности. Прогностические модели.	1	1		4	6
Всего		12	16		80	108

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	Тренировка, как управляемый процесс	
1.1	Специфика управления тренировкой в	Анализ научно-методической литературы

	различных видах спорта.	Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований.
1.2	Тренировочные эффекты и их оценка.	
1.3	Управление спортивной формой.	
2	Периодизация спортивной подготовки	
2.1	Планирование спортивной тренировки на различные по продолжительности и направленности циклы подготовки.	Анализ научно-методической литературы. Анализ видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований.
2.2	Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.	
2.3	Контроль за уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовленностью спортсмена.	
3	Оценка двигательной одаренности и прогноз спортивных результатов	
3.1	Наследуемость двигательных качеств.	Анализ научно-методической литературы. Просмотр видеозаписей и телетрансляций спортивных соревнований.
3.2	Тренируемость, как вид двигательной одаренности.	
3.3	Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности. Прогностические модели.	

**Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
**проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса**
_____ **В.П. Завойстый**
« ____ » _____ **2020 г.**

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.07 Адаптивное физическое воспитание

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01 Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры
спортивных дисциплин, к.п.н.
Старший преподаватель кафедры
спортивных дисциплин

Г.Е. Ступина

О.И. Дубова

Утверждено на заседании кафедры

спортивных дисциплин

« __ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой

проф. С.Ф. Бурухин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Адаптивное физическое воспитание» -освоение обучающимися теоретико-методических знаний и практических умений для профессионально-педагогической деятельности в адаптивном физическом воспитании с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, инвалидами по слуху, зрению, с нарушениями интеллекта, поражением опорно-двигательного аппарата и общими заболеваниями по инвалидности.

Основными **задачами** курса являются:

- формирование у обучающихся положительной мотивации, интереса к педагогической деятельности, гуманного отношения к личности каждого человека с ограниченными возможностями здоровья, убеждение в ценности всех видов и форм адаптивной физической культуры в системе комплексной реабилитации;
- ознакомление студентов с организацией, структурой, содержанием, передовыми технологиями физкультурно-оздоровительной, лечебно-воспитательной и спортивной работы с инвалидами разных нозологических групп в образовательных(коррекционных) школах и интернатах, домах ребенка, абилитационных и реабилитационных центрах, спортивных клубах, спортивно-адаптивных школах и других организациях.
- Обеспечение необходимого уровня знаний и умений, методической подготовленности обучающихся к учебной и производственной практике по профилю обучения будущей специальности, опираясь на знания теории и организации адаптивной физической культуры, дисциплин медико-биологического блока, особенностей двигательных и психических нарушений в различных нозологических группах людей с инвалидностью;

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

Дисциплина включена в **обязательную часть ОПОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основании системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	Тест. Фрагмент урока, занятия. Разработка урока, тренировочного занятия, организация и проведение.
	ОПК-3	Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми	ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.

	образовательными потребностями		
ПК-1	Способен организовывать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ	ПК-1.1. Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.	Разработка урока, тренировочного занятия, организация и проведение. Конспект урока/занятия
		ПК-1.3. Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	Реферат

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2	3	4
Контактная работа с преподавателем (всего)	24				24
В том числе:					
Лекции					8
Практические занятия (ПЗ)					16
Лабораторные работы (ЛР)					
Самостоятельная работа (всего)	48				48
В том числе:					
Курсовая работа (проект)					
Реферат	8				8
Другие виды самостоятельной работы					
Анализ литературных данных	24				24
Просмотр видеоматериалов	10				10
Подготовка документации	6				6
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)					зачёт
Общая трудоемкость (часов)	72				
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	2				

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
-------	---------------------------------	------------------

1	Введение в дисциплину «Адаптивное физическое воспитание»	Цели, задачи, функции, принципы адаптивного физического воспитания. Отличительные черты адаптивного физического воспитания.
2	Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха, с нарушением зрения, с интеллектуальными нарушениями, поражением опорно-двигательного аппарата.
3	Методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.	Отличительные черты методики обучения двигательным действиям. Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции и	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: Введение в дисциплину «Адаптивное физическое воспитание»	1			6	7
1.1	Цели, задачи, функции, принципы адаптивного физического воспитания.	0,5			3	
1.2	Отличительные черты адаптивного физического воспитания.	0,5			3	
2	Раздел: Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию	2	16		36	54
2.1	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха	0,5	4		9	
2.2	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения	0,5	4		9	
2.3	Адаптивное физическое воспитание детей с интеллектуальными нарушениями	0,5	4		9	
2.4	Адаптивное физическое воспитание детей с поражением опорно-двигательного аппарата	0,5	4		9	
3	Раздел: Методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.	1	4		20	25
3.1	Отличительные черты методики обучения двигательным действиям.	0,5	2		10	
3.2	Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	0,6	2		10	
Всего:		4	20		72	

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

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов
---	-----------------	---

п/п		
1	Раздел: Введение в дисциплину «Адаптивное физическое воспитание»	
1.1	Цели, задачи, функции, принципы адаптивного физического воспитания.	Характеристика средств адаптивного физического воспитания
1.2	Отличительные черты адаптивного физического воспитания.	Занятия с детьми первого года жизни, занятия по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников, адаптивное физическое воспитание в ВУЗе
2	Раздел: Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию	
2.1	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха	Методы педагогического воздействия. Формы организации адаптивного физического воспитания. Виды адаптивной двигательной рекреации. Общие характеристики средств адаптивной двигательной рекреации. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды двигательной активности.
2.2	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения	
2.3	Адаптивное физическое воспитание детей с интеллектуальными нарушениями	
2.4	Адаптивное физическое воспитание детей с поражением опорно-двигательного аппарата	
3	Раздел: Методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.	
3.1	Отличительные черты методики обучения двигательным действиям.	Междисциплинарная работа специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии.
3.2	Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с умственной отсталостью
2. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями зрения.
3. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с ДЦП.
4. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями слуха.
5. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
6. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей, больных эпилепсией.
7. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с задержкой психического развития.
8. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с ампутацией конечностей.
9. Тренажеры в процессе двигательной реабилитации детей-инвалидов.
10. Противопоказания при регулировании физических нагрузок для лиц с разной нозологией.
11. Подвижные игры в процессе адаптивного физического воспитания.

12. Особенности применения метода вербальной передачи информации в работе с инвалидами.
13. Метод невербальной передачи информации в работе с инвалидами.
14. Метод «идеомоторной речи» на начальном этапе обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
15. Метод расчлененного обучения в адаптивном плавании.
16. Метод целостного обучения в адаптивном плавании.
17. Психические отклонения лиц, занимающихся АФК.
18. Коррекция сенсорных функций средствами адаптивного плавания.
19. Коррекция психических отклонений средствами адаптивного плавания.
20. Коррекция соматических нарушений средствами адаптивного плавания.
21. Коррекция координационных способностей средствами адаптивного плавания.
22. Коррекция нарушения физической подготовленности средствами адаптивного плавания.
23. Профилактическая функция адаптивного плавания.
24. Образовательная функция адаптивного плавания.
25. Развивающая функция адаптивного плавания.
26. Воспитательная функция адаптивного плавания.
27. Реализация принципа сознательности и активности в адаптивном плавании.
28. Реализация принципа дифференциации и индивидуализации в адаптивном плавании.
29. Принцип коррекционно-развивающей направленности в адаптивном плавании.
30. Принцип компенсаторной направленности в адаптивном плавании.
31. Принцип учета возрастных особенностей занимающихся адаптивным плаванием.
32. Коррекция техники основных движений.

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: Введение в дисциплину «Адаптивное физическое воспитание»		
Цели, задачи, функции, принципы адаптивного физического воспитания.	Тест.	УК-1
Отличительные черты адаптивного физического воспитания.	Тест	ПК-1
Раздел: Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию		
Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха	Разработка урока, тренировочного занятия, организация и проведение.	ОПК-3, ПК-1
Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения	Разработка урока, тренировочного занятия, организация и проведение.	ОПК-3, ПК-1
Адаптивное физическое воспитание детей с интеллектуальными нарушениями	Разработка урока, тренировочного занятия, организация и проведение.	ОПК-3, ПК-1
Адаптивное физическое воспитание детей с поражением опорно-двигательного аппарата	Фрагмент урока, тренировочного занятия, организация и проведение.	ОПК-3, ПК-1
Раздел: Методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.		
Отличительные черты методики	Разработка урока, тренировочного	ОПК-3

обучения двигательным действиям.	занятия, организация и проведение.	
Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	Фрагмент урока, тренировочного занятия, организация и проведение.	ОПК-3

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.

Выполнение тестов – 1-5 баллов.

Решение тестовых заданий – 1-5 баллов

Проведение на практических занятиях фрагмента урока/урока – 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
	Введение в дисциплину «Адаптивное физическое воспитание»		
	Цели, задачи, функции, принципы адаптивного физического воспитания.	1	5
	Отличительные черты адаптивного физического воспитания.	1	5
	Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию		
	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха	1	10
	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения	1	10
	Адаптивное физическое воспитание детей с интеллектуальными нарушениями	1	10
	Адаптивное физическое воспитание детей с поражением опорно-двигательного аппарата	1	10
	Методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.		
	Отличительные черты методики обучения двигательным действиям.	1	5
	Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	1	5
Всего в семестре 4		8	60
Промежуточная аттестация (зачет)		8	60
Всего в семестре 4		8	60
ИТОГО		8	60

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. Фрагмент урока, занятия. Разработка.

Проведение фрагмента урока, занятия – направлено на обеспечение необходимой теоретической и практической методической подготовки студентов для будущей педагогической деятельности в сфере «Адаптивного физического воспитания».

Примеры заданий

Разработать и провести фрагмент урока по теме:

1. Специализированная подготовительная часть для уроков по бегу у лиц с нарушением зрения.
2. Проведение тестирования по прыжкам в длину с места для лиц с нарушением слуха. Показ. Опробование. Выполнение на результат. Оценки.
3. Специализированная подготовительная часть для уроков по метанию мяча для лиц с интеллектуальными нарушениями и поражением опорно-двигательного аппарата.
4. Проведение урока по подвижным играм по основным нозологическим группам инвалидности.
5. Проведение урока по спортивным играм (баскетбол) для лиц с интеллектуальными нарушениями
6. Проведение урока по спортивным играм (волейбол сидя) для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата
7. Проведение занятия по гидрореабилитации с основными нозологическими группами инвалидности.
8. Специализированная подготовительная часть для уроков по прыжкам для лиц с нарушением интеллекта.
9. Специализированная подготовительная часть для урока по гимнастике для детей с синдромом Дауна.
10. Проведение урока по гимнастике для детей с нарушением зрения.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Высокий уровень организации, точность команд, перестроений	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность предложенных двигательных заданий	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.2. Урок. Организация и проведение

Урок. Организация и проведение – направлено на обеспечение необходимой теоретической-методической и практической подготовки студентов для будущей педагогической деятельности в сфере физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Примеры заданий

Разработать и провести урок по теме:

1. Обучение беговым упражнениям: бегу с высоким подниманием бедра; бегу с

захлестыванием голени; бегу прыжками детей с интеллектуальными нарушениями.

2. Обучение технике метания мяча с места детей с нарушением слуха. Держание мяча; бросок кистью; бросок стоя лицом в сектор; стоя боком к сектору (инвентарь: мячи) детей с нарушением слуха.

3. Обучение технике элементов передачи мяча в волейболе.

4. Обучение технике элементов голбола и флорбола.

5. Обучение элементам прыжка «перешагивание» детей с нарушением слуха и интеллектуальными нарушениями. Показ, объяснение. «Прыжок на взлет». Определение толчковой ноги.

6. Обучение технике гимнастических упражнений с предметами для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

7. Проведение урока по гидрореабилитации.

8. Организация тестирования на уроках по лёгкой атлетике у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

9. Организация тестирования на уроках по спортивным играм

10. Организация и проведение соревнований у детей с ограниченными возможностями здоровья.

11. Организация и проведение соревнований по комплексу ГТО у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Высокий уровень организации, точность команд, перестроений	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность предложенных двигательных заданий	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.3. Тест

Тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Тестовая проверка знаний осуществляется в форме ответов студентов на вопросы, составленные в стандартной форме. Она реализуется или в безмашинном варианте, или с использованием средств вычислительной техники. Верность выбора ответов проверяется в первом случае с помощью шаблонов, во втором – с использованием соответствующих программ.

Пример тестовых заданий

1 Внимательно прочитайте вопрос и выберите верный вариант ответа

1	Какие задачи адаптивной физической культуры направлены на исправление имеющихся нарушений в состоянии здоровья? а) профилактические; б) коррекционные; в) образовательные; г) воспитательные
2	Что является главной целью комплексной реабилитации инвалидов? а) повышение качества жизни; б) обеспечение протезно-ортопедическими изделиями; в) повышение функциональных возможностей организма; г) коррекция и компенсация имеющихся нарушений
3	Какой из видов адаптивной физической культуры направлен на раскрытие резервных возможностей организма и достижение максимального результата? а) адаптивное физическое воспитание; б) адаптивная физическая реабилитация; в) адаптивный спорт; г) адаптивная двигательная рекреация

4	Какой из нижеперечисленных признаков не соответствует адаптивной двигательной рекреации? а) проведение занятий в свободное время; б) произвольный выбор формы и содержания занятий; в) направленность на достижение результата; г) произвольный характер регулирования нагрузки
5	Какой из видов адаптивной физической культуры направлен на удовлетворение потребности в активном отдыхе, общении и т.д.? а) адаптивное физическое воспитание; б) адаптивная физическая реабилитация в) адаптивный спорт; г) адаптивная двигательная рекреация
6	Что означает понятие «компенсация»? а) приспособление; б) исправление; в) замещение; г) восстановление
7	Какая задача не является специфической задачей адаптивной физической культуры? А) Коррекция и развитие физической подготовленности; Б) Профилактика и коррекция соматических нарушений; В) Обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых умений и навыков; Г) Компенсация утраченных или нарушенных функций.
8	Какой вид адаптивной физической культуры является обязательным для всех детей, подростков, молодежи независимо от состояния их здоровья? А) Адаптивное физическое воспитание; Б) Адаптивная двигательная рекреация; В) Адаптивный спорт; Г) Креативные телесно-ориентированные виды АФК; Д) Экстремальные виды двигательной активности; Е) Адаптивная физическая реабилитация.

Критерии оценивания

Критерий	Балл
91-100% правильных ответов	5
76-90% правильных ответов	4
61-75% правильных ответов	3
<60% правильных ответов	2

7.1.3 Конспект

Конспект занятия—это подробное и полное изложение содержания и хода занятия, отражающее совместную деятельность педагога и обучающегося. Конспект нужен для подготовки к занятию, так как над ним помогает систематизировать учебный материал, выстроить логическую последовательность его изложения, уточнить формулировки и понятия, определить соотношение частей занятия.

Критерии оценивания

Критерий	Балл
Точность в описании названий упражнений	1балл
Наличие требуемой формы и содержания	1балл
Логичность и грамотность подобранных упражнений в конспекте	1балл
Точность прописанных дозировок упражнений	1балл
Точность описания исходных положений и методических указаний	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:

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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (тестовые вопросы разработка фрагментов урока, проведение пробных уроков и занятий).
- 3) участие в физкультурных и спортивных мероприятиях различного уровня (личные достижения позволяют получить до 10 баллов).

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	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.	91-100%	зачтено	отлично
повышенный	ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.	76-90%		хорошо
базовый	ПК-1.1. Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании. ПК-1.3. Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	61-75%		удовлетворительно

низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<60%	не зачтено	неудовлетворительно
---------------	--	----------------	-------------------	----------------------------

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций
ПК
Тест
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.
Конспект
ПК-1.1. Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.
Реферат
ПК-1.3. Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.
Фрагмент урока, занятия. Разработка
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов. ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.
Урок. Организация и проведение
ПК-1.1. Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

1. Евсеев С.П., Адаптивная физическая культура, М, Советский спорт, 2004, 240с.
2. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.П. Евсеев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — 978-5-9718-0714-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40766.html>

б) дополнительная литература

1. Мосунов Д.Ф., Сазыкин В.Г., Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию ребенка-инвалида, М, Советский спорт, 2002, 0с.
2. Шоо М., Спортивные и подвижные игры для детей и подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, М, Академия, 2003, 112с
3. Харченко Л.В. Теория и методика адаптивной физической культуры для лиц с сенсорными нарушениями [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.В. Харченко, Т.В.

Синельникова, В.Г. Турманидзе. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2016. — 112 с. — 978-5-7779-2016-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59660.html>

4. Караулова Л.К. Физиологические основы адаптивной физической культуры [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.К. Караулова, М.М. Расулов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский городской педагогический университет, 2010. — 68 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26642.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

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. Оборудованный спортивный зал;
2. Инвентарь: легкоатлетические снаряды, гимнастические снаряды, измерительные рулетки, секундомеры, разметочный материал, нагрудные номера;
3. Оборудованные аудитории – столы, стулья, доска, экран, телевизор;
4. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
5. Материалы для итогового и промежуточного контроля;
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	Триместры		
		10	11	12
Контактная работа с преподавателем (всего)	10			10
В том числе:				
Лекции	4			4
Практические занятия (ПЗ)	6			6
Лабораторные работы (ЛР)				
Самостоятельная работа (всего)	62			62
В том числе:				
Курсовая работа (проект)				
Реферат				8
Другие виды самостоятельной работы				
Анализ литературных данных				22
Просмотр видеоматериалов				20
Подготовка документации				12
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)				зачёт
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 и	Практ. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа студ.	Всего часов
1	Раздел: Введение в дисциплину «Адаптивное физическое воспитание»	1	1		20	22
1.1	Цели, задачи, функции, принципы адаптивного физического воспитания.	0,5	0,5			

1.2	Отличительные черты адаптивного физического воспитания.	0,5	0,5			
2	Раздел: Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию	2	4		30	36
2.1	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха	0,5	1			
2.2	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения	0,5	1			
2.3	Адаптивное физическое воспитание детей с интеллектуальными нарушениями	0,5	1			
2.4	Адаптивное физическое воспитание детей с поражением опорно-двигательного аппарата	0,5	1			
3	Раздел: Методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.	1	1		12	14
3.1	Отличительные черты методики обучения двигательным действиям.	0,5	0,5		6	
3.2	Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	0,5	0,5		6	
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: Введение в дисциплину «Адаптивное физическое воспитание»	
1.1	Цели, задачи, функции, принципы адаптивного физического воспитания.	Характеристика средств адаптивного физического воспитания Занятия с детьми первого года жизни, занятия по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников, адаптивное физическое воспитание в ВУЗе
1.2	Отличительные черты адаптивного физического воспитания.	
2	Раздел: Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию	
2.1	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением слуха	Методы педагогического воздействия. Формы организации адаптивной физической культуры. Виды адаптивной двигательной рекреации. Общие характеристики средств адаптивной двигательной рекреации. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды двигательной активности
2.2	Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения	
2.3	Адаптивное физическое воспитание детей с интеллектуальными нарушениями	
2.4	Адаптивное физическое воспитание детей с поражением опорно-двигательного аппарата	
3	Раздел: Методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.	

3.1	Отличительные черты методики обучения двигательным действиям.	Междисциплинарная работа специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии.
3.2	Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
**проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса**
_____ **В.П. Завойстый**
« ____ » _____ **2020 г.**

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.08 Образовательное законодательство Российской Федерации

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01 Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

доцент кафедры дополнительного
образования, к.пол.н.

Е.А. Страдина

Утверждено на заседании кафедры

теории и истории педагогики

« ____ » _____ 202_ г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой

Е.Н.Лекомцева

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Образовательное законодательство Российской Федерации» - формирование системы компетенций, наличие которых обеспечит готовность магистра осуществлять свою профессиональную деятельность на основе действующего образовательного законодательства Российской Федерации.

Основными *задачами* курса являются:

- понимание базовых понятие и категорий образовательного права, правовых основ образовательной деятельности в РФ.

- овладение навыками анализа и оценки действующих нормативно-правовых актов в сфере образования, применения их в своей профессиональной деятельности.

- развитие умений организовывать свою деятельность в соответствии с нормативно-правовыми документами сферы образования; проектирования, разработки и анализа локальных нормативных актов организации, осуществляющей образовательную деятельность.

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

Дисциплина включена в **обязательную часть ОПОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ОПК-1	Способен осуществлять и оптимизировать профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность ОПК-1.4. Проектирует процесс решения профессиональных задач с учетом обеспечения защиты достоинства и интересов обучающихся	кейс-задание
ОПК-2	Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации	ОПК-2.1. Обосновывает требования к проектированию основных и дополнительных образовательных программ ОПК-2.4. Проектирует основные образовательные программы на основе требований федеральных государственных образовательных стандартов	кейс-задание

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		3			
Контактная работа с преподавателем (всего)	24	24			
В том числе:					

Лекции	8	8			
Практические занятия (ПЗ)	16	16			
Самостоятельная работа (всего)	84	84			
В том числе:					
Анализ нормативно-правовых документов	40	40			
Кейс-задание	16	16			
Проект	16	16			
Таблица	6	6			
Схема	6	6			
Вид промежуточной аттестации	За	За			
Общая трудоемкость (часов)	108	108			
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	3			

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Общая характеристика образовательного права	Право как регулятор общественных отношений Образовательное право как комплексная отрасль права
2	Понятие и система источников образовательного права	Система и уровни правового регулирования образовательных отношений Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273. Федеральные, региональные и муниципальные нормативно-правовые акты об образовании Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность
3	Актуальные проблемы образовательного права на современном этапе	Правовой статус организации, осуществляющей образовательную деятельность Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные требования Образовательные программы и формы их реализации Правовое регулирование трудовых отношений в сфере образования

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: Общая характеристика образовательного права	2			4	6

1.1.	Право как регулятор общественных отношений.	1			2	3
1.2.	Образовательное право как комплексная отрасль права.	1			2	3
2	Раздел: Понятие и система источников образовательного права	4	8		40	52
2.1.	Система и уровни правового регулирования образовательных отношений.	2	2		10	14
2.2.	Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273		2		10	12
2.3.	Федеральные, региональные и муниципальные нормативно-правовые акты об образовании.		2		10	12
2.4.	Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность	2	2		10	14
3	Раздел: Актуальные проблемы образовательного права на современном этапе	2	8		40	52
3.1.	Правовой статус организации, осуществляющей образовательную деятельность	1	2		10	13
3.2.	Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные требования		2		10	12
3.3.	Образовательные программы и формы их реализации.		2		10	12
3.4.	Правовое регулирование трудовых отношений в сфере образования	1	2		10	13
Всего:		8	16		84	108

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.	Право как регулятор общественных отношений.	Разработать схему «Право как регулятор общественных отношений»
2.	Образовательное право как комплексная отрасль права.	Написать эссе с обоснованием своего видения выделения образовательного права в самостоятельную отрасль

3.	Система и уровни правового регулирования образовательных отношений.	Составить таблицу с характеристикой международных правовых актов в сфере образования				
		Составить опорную схему «Уровни законодательных и подзаконных актов в сфере образования РФ»				
4.	Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273	Провести анализ ФЗ-273 «Об образовании» и графически представить его структуру				
		Анализ отдельных статей ФЗ-273 на предмет их содержания и реализуемости				
5.	Федеральные, региональные и муниципальные нормативно-правовые акты об образовании.	На основе анализа нормативно-правовых актов различного уровня составить сравнительную таблицу компетенции федерации, субъекта РФ и муниципальных образования в сфере образования				
		Решение кейс-заданий				
		Подготовить эссе-рассуждение о пробелах в нормативно-правовом обеспечении образовательной деятельности на разных уровнях				
6.	Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность	Составить таблицу «Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющую образовательную деятельность»				
		<table border="1"> <tr> <td>Локальный акт</td> <td>Функции документа</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Локальный акт	Функции документа		
		Локальный акт	Функции документа			
Разработать опорную схему реквизитов документов						
Разработать проект совершенствования системы локального нормативно-правового обеспечения организации, осуществляющей образовательную деятельность						
7.	Правовой статус организации, осуществляющей образовательную деятельность	Разработать опорную схему организационно-правовых форм и видов экономической деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность				
		Кейс-задание				
		Разработать схему лицензирования образовательной деятельности				
8.	Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные требования	Провести анализ нормативно-правовых документов, регламентирующих стандарты в образовании и представить схему с их структурой				
		Подготовить сравнительную таблицу ФГОС и ФГТ на основе собственных критериев сравнения				
		<table border="1"> <tr> <td>Критерий сравнения</td> <td>ФГОС</td> <td>ФГТ</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Критерий сравнения	ФГОС	ФГТ	
Критерий сравнения	ФГОС	ФГТ				
9.	Образовательные программы и формы их реализации.	Подготовить проект положения о разработке образовательной программы				
10.	Правовое регулирование трудовых отношений в сфере образования	Составить таблицу нормативно-правовых актов, регулирующих трудовые отношения в сфере образования с их характеристикой				

		Провести анализ профессиональных стандартов и представить проект их внедрения в организацию, осуществляющую образовательную деятельность
		Написать эссе о проблемах и пробелах правового регулирования трудовых отношений в сфере образования на современном этапе

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 (указать шифр)
Общая характеристика образовательного права		
Право как регулятор общественных отношений	Схема	ОПК-1.1 ОПК-1.4
Образовательное право как комплексная отрасль права	Эссе	ОПК-1.1 ОПК-1.4
Понятие и система источников образовательного права		
Система и уровни правового регулирования образовательных отношений.	Таблица	ОПК-1.1 ОПК-1.4
	Схема	ОПК-1.1 ОПК-1.4
Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273.	Анализ нормативно-правовых документов	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
	Схема	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
Федеральные, региональные и муниципальные нормативно-правовые акты об образовании	Таблица	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1
	Кейс-задание	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1
	Эссе	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1

Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность	Таблица	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
	Схема	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
	Проект	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
Актуальные проблемы образовательного права на современном этапе		
Правовой статус организации, осуществляющей образовательную деятельность	Схема	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1
	Кейс-задание	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1
	Схема	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1
Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные требования	Анализ нормативно-правовых документов	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
	Схема	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
	Таблица	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
Образовательные программы и формы их реализации.	Проект	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1 ОПК-2.4
Правовое регулирование трудовых отношений в сфере образования	Таблица	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1
	Проект	ОПК-1.1 ОПК-1.4 ОПК-2.1
	Эссе	ОПК-1.1 ОПК-1.4

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 и отсутствие на занятии – 0 баллов, посещение практических занятий – 1 баллов.

Выступление на практических занятиях активное участие в обсуждении, представление результатов самостоятельной работы: периодическая активность – 1 балл, активное участие в обсуждении проблем и практических заданий – 2 балла.

На каждом практическом занятии проводится текущий контроль (экспрес-тест) – максимальный балл – 3. Выполнение заданий для самостоятельной работы – от 1 до 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 занятий	1	12
	<i>Итого</i>	1	12
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. Кол-во баллов	Макс. Кол-во баллов
	Право как регулятор общественных отношений	1	8
	Образовательное право как комплексная отрасль права	1	7
	Система и уровни правового регулирования образовательных отношений	1	11
	Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273.	1	11
	Федеральные, региональные и муниципальные нормативно-правовые акты об образовании	1	12
	Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность.	1	16
	Правовой статус организации, осуществляющей образовательную деятельность.	1	15
	Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные требования	1	14
	Образовательные программы и формы их реализации.	1	10
	Правовое регулирование трудовых отношений в сфере образования	1	15
	Итого	10	119
	Всего в семестре		11
Промежуточная аттестация		1	4
ИТОГО		12	135
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 100 баллов

Примеры заданий для практических занятий

1. Дискуссия о состоянии образовательного права в РФ на современном этапе
2. Подготовить предложения по совершенствованию отдельных статей ФЗ-273 «Об образовании в РФ»
3. Защита результатов решения кейс-заданий
4. Провести сравнительную характеристику локальных документов образовательных организаций различных форм собственности
5. Деловая игра «Подготовка лицензирования образовательной программы».

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	0,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	0,5 балла
Практическая направленность	0,5 балла
Оригинальность предлагаемых решений	0,5 балла
Максимальный балл	2

Схема

Составление схем - это вид графического способа отображения информации. Целью этого вида самостоятельной работы является развитие умения выделять главные элементы, устанавливать между ними соотношение, отслеживать ход развития, изменения какого-либо процесса, явления, соотношения каких-либо величин и т. д. Схемы применяются для отображения фактического и цифрового материала, что придает ему большую наглядность.

Этот творческий вид работы был введен в учебную деятельность Шаталовым В. Ф. - известным педагогом-новатором и получил название «опорный сигнал». В опорном сигнале содержание информации «кодируется» с помощью сочетания графических символов, знаков, рисунков, ключевых слов, цифр и т. п.

Схема является иллюстративным графическим средством изложения содержания исследования. Схемы - это плоскостные фигуры (многоугольники, прямоугольники, круги) с надписями и линиями связи. Схемы представляют собой соотношение частей в целом объекте. Это приближенный наглядный образ устройства или структурная характеристика какого-то объекта, процесса или явления.

Виды схем:

- схемы управления, когда рисуется структура управления каким-то объектом;
- функциональные схемы, раскрывающие линии и направления зависимости составных частей;
- табличные схемы с указанием точных данных об объекте схематизации;
- схемы построения, раскрывающие структуру чего-либо.

Методические рекомендации по составлению структурных схем

Составление структурной схемы изучения знаний является системно-структурным подходом обучения из технологии системного усвоения знаний. Это подход, связанный с анализом общей структуры состава знания учебного предмета, выделением его элементов и их функций, систематизацией по общности функций и классификацией в соответствии со структурой изучаемых теорий. Системными называются знания, адекватные структуре научной теории.

Составление схем, таблиц служит не только для запоминания материала.

Такая работа становится средством развития способности выделять самое главное, существенное в учебном материале, классифицировать информацию.

Выделяют основные составляющие более сложного понятия, ключевые слова и т. п. и располагают в последовательности - от общего понятия к его частным составляющим.

Нужно продумать, какие из входящих в тему понятий являются основными и записать их в схеме так, чтобы они образовали основу. Далее присоединить частные составляющие

(ключевые слова, фразы, определения), которые служат опорой для памяти и логически дополняют основное общее понятие.

Методические рекомендации при составлении схемы:

1. Подберите факты для составления схемы.
2. Выделите среди них основные, общие понятия.
3. Определите ключевые слова, фразы, помогающие раскрыть суть основного понятия.
4. Сгруппируйте факты в логической последовательности.
5. Дайте название выделенным группам.
6. Заполните схему данными.

Методические рекомендации по составлению логических схем

1. Просмотрите внимательно содержание блока имеющейся для этой информации.
2. Внимательно изучите каждый элемент, выписывая из них основные понятия.
3. Еще раз прочитайте текст с целью нахождения связей между понятиями и найдите в тексте или на основе умозаключений обобщающие понятия, термины.

4. Найдите наиболее общие понятия, категории, объединяющие все содержание текста (не исключено, что это объединяющее понятие заключено в заголовках текста).

5. Постройте логическую структуру, включающую выбранные вами понятия с учетом взаимодействия между ними.

Если удастся найти обобщающие понятия и категории, то в результате построения логической схемы получится иерархическая структура (дерево).

Если одни понятия вытекают из других, можно установить причинно-следственные связи и построить логические цепочки.

Если понятия, факты связаны хронологически, то можно построить хронологические таблицы (последовательности).

6. Сверьте полученную логическую структуру, прочитав текст еще раз, при необходимости уточните структуру.

Требования к составлению логических схем:

- Простота (минимальное количество схемных элементов и их связей).
- Целевая и смысловая значимость элементов и связей и их иерархическое расположение (основные, вспомогательные и т. д.).
- Наглядность схемы (цветовые оттенки и т. д.).

Методические рекомендации по составлению схем в виде опорных сигналов

Опорный сигнал – набор ассоциативных ключевых слов, знаков и других опор для мысли, расположенных особым образом, заменяющий некое смысловое значение. Он способен мгновенно восстанавливать в памяти известную ранее и понятную информацию.

Основные требования, которым должны отвечать опорные сигналы:

- Лаконичность. В опорном сигнале должно быть лишь несколько слов.
- Структурность. В сигнале используются связи, логические блоки, объединённые стрелками, линиями, границами и пр.
- Наличие смысловых акцентов. Выделение наиболее важных элементов опорного сигнала рамками, цветом, оригинальным расположением символов и пр.
- Автономность. Каждый из четырех-пяти блоков должен быть самостоятельным, понимаемым в независимости от других блоков опорного сигнала.
- Ассоциативность и образность. Должны возникать и запоминаться четкие ассоциации на опорный сигнал и его элементы. Смыслы разрабатываемых графических изображений опорных знаков должны легко распознаваться. Для этого изображения должны напоминать широко распространённые образы.
- Доступность воспроизведения от руки.
- Цветовая наглядность. Запоминание материала облегчается за счёт подключения зрительной памяти. Часть сигналов может быть окрашена в яркие цвета.

Перечисление этапов работы по созданию опорного сигнала по Шаталову В.Ф.

1. Внимательно читайте информацию, вычлняя основные взаимосвязи и взаимозависимости смысловых частей текста.
2. Кратко изложите главные мысли в том порядке, в каком они следуют в тексте.
3. Сделайте черновой набросок сокращенных записей на листе бумаги.

4. Преобразуйте эти записи в графические, буквенные, символические сигналы.
5. Объедините сигналы в блоки.
6. Обособьте блоки контурами и графически отобразите связи между ними.
7. Выделите значимые элементы цветом.

Критерии оценивания схем

Критерий	Балл
Соответствие представленной в схеме информации заданию	1
Читаемость и лаконичность схемы.	1
Присутствует логическая связь между элементами	1
Максимальный балл	3

Таблица

Таблица - это графическая форма представления количественных и качественных данных в предельно сжатой форме. Она строится на основании функциональных зависимостей каких-либо данных.

Таблицы состоят из текстовой и цифровой части. Текстовая часть - это заголовки разделов (графов). Цифровая часть - числа и их соотношение. При этом числа должны выражаться в единой числовой системе (круглые числа, десятичные дроби до десятых или сотых долей). На скрещивании вертикальных графов и горизонтальных строчек устанавливается смысловая связь между понятиями.

В структуре таблицы выделяют головку - словесную информацию в заголовках граф. Это те явления и предметы, которые будут характеризоваться количественно. Как правило, это делается в боковом заголовке. В таблицу также входят вертикальные столбцы – графы для помещения чисел. Заголовки граф входят в головку таблицы.

Первая графа, как правило, указывает порядковый номер измеряемого положения. Вторая графа - это боковой заголовок, указывающий на то, что измеряется. Третья и последующие графы - содержат информацию о том, что измеряется и что указывается в боковом заголовке. Таблица может иметь последнюю вертикальную графу под названием «Итого». Она может быть и горизонтальной, проставляемой в конце таблицы. Есть также графа «Всего». При этом «итого» обозначает промежуточные итоги, а «всего» - сумму частных итогов.

Виды таблиц:

- простая таблица, содержащая перечень данных об одном явлении;
- групповая таблица, где данные разделяются по конкретному признаку;
- комбинированная таблица, где деление данных осуществляется сразу по нескольким признакам.

При составлении таблицы важно выбрать существенные характеристики предмета изучения, точно сгруппировать материал, учесть сопоставимость данных, их однородность. В таблицах необходимо приводить только точные данные.

Алгоритм самостоятельной работы по составлению схем, графиков, диаграмм, таблиц:

- 1) Внимательно прочитайте изучаемый материал.
- 2) Определите структуру таблицы
- 3) Заполните необходимым содержанием.
- 6) Проверьте структурированность материала, наличие логической связи изложенной информации

Критерии оценивания таблиц

Критерий	Балл
Соответствие представленной в схеме информации заданию	1
Читаемость и лаконичность схемы.	1
Присутствует логическая связь между элементами	1
Максимальный балл	3

Анализ нормативно-правовых документов

Цель анализа нормативно-правовых документов -извлекать необходимые правовые знания из нормативно-правового акта, и использовать их для решения различных проблем в сфере образования.

Методика работы с нормативно – правовыми актами предполагает целенаправленную работу преподавателя со студентами по развитию умений получения знаний из юридических актов. Обладая этими умениями, студенты смогут самостоятельно извлекать необходимые правовые знания из нормативного акта и оперировать ими в повседневной жизни. Умения работы с нормативно – правовыми актами – это группа умений, направленных на усвоение специфики юридического учебного материала.

В качестве основных умений и навыков работы с нормативно-правовыми документы можно обозначить следующие:

- навык обобщенной характеристики нормативно – правового акта (реквизиты, структура, регулируемые отношения, субъекты, понятия, приведенные в качестве нормативных и др.);

- умение определять место нормативно – правового акта – в системе права (систематизация); умение читать нормативно – правовой акт и извлекать из него требуемые правовые знания;

- умение анализировать содержание текста нормативного акта, которое включает в себя: умение объяснять смысл юридической нормы, давать ее комментарий; умение выявлять сущностные признаки юридических понятий, содержащихся в тексте нормативного акта;

- умение извлекать и обобщать знания из нескольких нормативных актов; умение использовать выдержки из текста акта при ответе для иллюстрации теоретических положений;

- умение использовать своей позицией;

- навык определения вида юридической нормы;

- умение использовать текст нормативного акта для аргументации своей позиции;

- навык использовать нормативно – правовые акты при решении юридических ситуаций (задач);

- способность определять пробелы в нормативно-правовом документе.

Алгоритм анализа включает следующие этапы:

- осознанное прочтение юридического текста (раздела, главы, статьи). Внимательно прочитайте текст нормативного акта и постарайтесь понять содержание норм права.

- определение главных понятий и понятий, являющихся признаками первого.

- определение предметов и форма регулирования;

- выявление субъектов участника правоотношений, определение их позиции, характера отношений;

- определение возможностей использования норм при осуществлении профессиональной деятельности.

Критерии оценивания результатов анализа нормативно-правовых документов

Критерий	Балл
Умение выделять элементы анализа нормативно-правового документа	1
Способность определять предмет регулирования нормативно-правового документа	1
Умение применять нормы документа при аргументации своей позиции в профессиональной деятельности	1
Максимальный балл	3

Проект

Проект — совместная учебно-познавательная, творческая или игровая деятельность учащихся-партнеров, имеющая общую цель, согласованные методы, способы деятельности, направленная на достижение общего результата по решению какой-либо проблемы, значимой для участников проекта.

Этапы и службы проектирования

1. Замысел проекта. На данном этапе группа организаторов разрабатывает идею проекта, прорисовывать основные этапы, прописывать содержание деятельности участников, предлагает схемы распределения ресурсов проекта. После завершения работы группы проектировщиков готовый документ публикуется и делается доступным для общего ознакомления.

2. Планирование проекта. Планируя мероприятия по реализации проекта, используйте календарь, указывая в нем сроки каждого этапа проекта.

3. Представление участников проекта. Каждый участник проекта может представить себя, обозначив свою роль в проекте, функции, которые он реализует.

4. Реализация проекта. Выделение проблемы и поиск возможных ее решений. Фиксация первичных результатов. Представление результатов проекта.

Типы проектов

- Практико-ориентированный
- Исследовательский
- Информационный
- Творческий
- Ролевой

Продуктом проектной деятельности могут быть различные документы

- 1) нормативно-правовые документы различного уровня и содержания
- 2) Различные дидактические материалы
- 3) методические разработки и т.д.

Проектная работа включает не только сбор, обработку, систематизацию и обобщение информации по выдвинутой проблеме, но и представляет собой самостоятельное исследование, демонстрирующее авторское видение проблемы, оригинальное ее толкование или решение.

Проектная работа должна исключать какие-либо виды плагиата; все теоретические положения должны иметь ссылки на цитируемую литературу.

Примерная структура проекта

- Обоснование разработки проекта (актуальность темы, анализ исходной ситуации).
- Проблема, предполагаемый масштаб ее решения.
- Цель, задачи.
- Ожидаемые результаты (продукт проектной деятельности): название, сфера и условия применения, описание и технологические характеристики.
- Ресурсное обеспечение.
- План работы. Средства решения проблемы.
- Библиографический список.

Требования к оформлению проекта

- Проектная работа представляется на бумажном и электронном носителях.
- Примерный объем продукта – в печатном виде – не менее 30 страниц; в электронном виде – не менее 50 лист оформляется в соответствии с образцом

Публичная защита проекта

Публичная защита проекта проводится в рамках семинарских и практических занятий. Время выступления 10 минут. В ходе выступления возможно использование электронной презентации и других дополнительных наглядных (пояснительных) и раздаточных материалов. По завершению выступления участники отвечают на вопросы преподавателя и студентов. Ответы на вопросы должны быть краткими и касаться только сути заданного вопроса.

Критерии оценивания результатов проекта

Критерий	Балл
Аргументированность и практическая ценность проекта	1
Объем и полнота разработок, выполнение всех этап проекта	1
Умение применять нормы документа при аргументации своей позиции в профессиональной деятельности	1
Аргументированность предлагаемого решения	1
Качество оформления документов	1

Эссе

Эссе - самостоятельная творческая письменная работа, представляющая собой развернутое и аргументированное изложение точки зрения автора по предложенной теме.

По форме эссе обычно представляет собой рассуждение – размышление (реже рассуждение – объяснение), поэтому в нём используются вопросно-ответная форма изложения, вопросительные предложения, ряды однородных членов, вводные слова, параллельный способ связи предложений в тексте.

Отличительные особенности стиля эссе: образность, афористичность, парадоксальность.

Для эссе характерно использование разнообразных средств художественной выразительности: метафор, аллегорических и притчевых образов, символов, сравнений и других.

Особенности эссе

- наличие конкретной темы или вопроса
- личностный характер восприятия проблемы и её осмысления
- небольшой объём
- свободная композиция
- непринуждённость повествования
- внутреннее смысловое единство
- афористичность, эмоциональность речи

Структура эссе

• Введение, в котором представлен обобщённый ответ на предложенный вопрос или излагается в общем виде та позиция, которую предполагается отстаивать в основной части эссе.

• Основная часть, где представлены подробные ответы на вопрос или излагается позиция, подтверждаемая теоретическими аргументами и эмпирическими данными.

• Заключение, в котором резюмируются главные идеи основной части, подводящие к предполагаемому ответу на вопрос или заявленной точке зрения, делаются выводы.

Мысли автора эссе по проблеме излагаются в форме кратких тезисов. Мысль должна быть подкреплена доказательствами – поэтому за тезисом следуют аргументы. Аргументы – это факты, явления общественной жизни, события, жизненные ситуации и жизненный опыт, научные доказательства, ссылки на мнения учёных и др. Лучше приводить два – три аргумента в пользу каждого тезиса: один аргумент кажется неубедительным.

Таким образом, эссе приобретает кольцевую структуру (количество тезисов и аргументов зависит от темы, избранного плана, логики развития мысли):

Введение

Тезис, аргументы

Тезис, аргументы

Тезис, аргументы

Заключение

Введение и заключение фокусируют внимание на проблеме (во введении она ставится, в заключении – резюмируется мнение автора)

Для выдвижения аргументов в основной части эссе можно воспользоваться так называемой ПОПС – формулой:

П – положение (утверждение) – Я считаю, что ...

О – объяснение – Потому что ...

П – пример, иллюстрация – Например, ...

С – суждение (итоговое) – Таким образом, ...

Алгоритм написания эссе

- Внимательно прочтите тему
- Определите тезис, идею, главную мысль, которую собираетесь доказывать
- Подберите аргументы, подтверждающие ваш тезис:

- А) логические доказательства, доводы;
- Б) примеры, ситуации, случаи, факты из собственной жизни или из литературы;
- В) мнения авторитетных людей, цитаты

- Распределите подобранные аргументы
- Придумайте вступление (введение) к рассуждению (опираясь на тему и основную идею текста, возможно, включив высказывания великих людей, крылатые выражения, пословицы или поговорки, отражающие данную проблему. Можно начать эссе с риторического вопроса или восклицания, соответствующих теме.).

- Изложите свою точку зрения
- Сформулируйте общий вывод.

Эссе – это миниатюрная научная работа, оно должно соответствовать всем принятым в научном сообществе техническим и этическим нормам цитирования. Все цитаты и пересказы, переложения или изложения фрагментов опубликованных и рукописных текстов должны быть отчетливо атрибутированы, то есть соответствующие тексты – первоисточники должны быть явным образом указаны в сносках или затекстовом списке литературы в соответствии с существующими стандартами библиографического описания источников. Материалы Интернета также являются публикациями и должны быть включены в список литературы.

Критерии оценивания

Критерий	Балл
Представление собственной точки зрения	0,5
Раскрытие проблемы на теоретическом уровне (использование терминологии, знакомство с источниками, умение творчески использовать различные источники и ссылаться на них).	0,5
Содержание и качество аргументации	0,5
Стиль и внутренняя организация эссе	0,5
Максимальный балл	2

Кейс-задание

Учебными целями метода кейсов являются:

- развитие аналитического мышления;
- развитие практических навыков работы с информацией;
- развитие навыков разработки управленческих решений;
- освоение современных управленческих и социально-психологических технологий;
- повышение коммуникативной компетентности;
- развитие навыков конструктивной критики;
- повышение мотивации к обучению и профессиональному развитию.

Кейс-технология как метод обучения и активизации учебного процесса ориентированы на решение следующих задач:

- овладеть навыками и приемами всестороннего анализа ситуаций из сферы профессиональной деятельности;
- отработать умение востребовать дополнительную информацию, необходимую для уточнения исходной ситуации;
- приобрести навыки применения теоретических знаний для решения практических проблем;
- развить навыки принятия решений в ситуации неопределенности;
- приобрести навыки ясного и точного изложения собственной точки зрения в устной или письменной форме;
- выработать умение осуществлять презентацию, то есть убедительно преподнести, обосновывать и защищать свою точку зрения;
- отработать навыки конструктивного критического оценивания точки зрения других;
- научиться самостоятельно принимать решения на основе группового анализа ситуации.

Виды кейс-заданий

Кейс-задания классифицируются по разным основаниям. По уровню сложности и в зависимости от поставленных целей кейсы делятся на следующие виды: иллюстративные учебные ситуации – кейсы, цель которых – на определенном практическом примере обучить студентов алгоритму принятия правильного решения в определенной ситуации; учебные ситуации – кейсы с формированием проблемы, в которых описывается ситуация в конкретный период времени, выявляются и четко формулируются проблемы; цель такого кейса – диагностирование ситуации и самостоятельное принятие решения по указанной проблеме; учебные ситуации – кейсы без формирования проблемы, в которых описывается более сложная, чем в предыдущем варианте ситуация, где проблема четко не выявлена, а представлена в статистических данных, оценках общественного мнения, органов власти и т.д.; цель такого кейса – самостоятельно выявить проблему, указать альтернативные пути ее решения с анализом наличных ресурсов; прикладные упражнения, в которых описывается конкретная сложившаяся ситуация, предлагается найти пути выхода из нее; цель такого кейса – поиск путей решения проблемы.

Исходя из целей и задач процесса обучения, различают следующие виды кейсов: обучающие анализу и оценке; обучающие решению проблем и принятию решений; иллюстрирующие проблему, решение или концепцию в целом.

Имеются также следующие виды кейсов: практические кейсы, которые отражают абсолютно реальные жизненные ситуации; обучающие кейсы, основной задачей которых выступает обучение; научно-исследовательские кейсы, ориентированные на осуществление исследовательской деятельности.

По форме представления кейсы делятся на: бумажные кейсы; видеокейсы.

По структуре кейсы делятся на:

- Структурированные кейсы (*highly structured case*) — короткое и точное изложение ситуации с конкретными цифрами и данными. Для такого типа кейсов существует определенное количество правильных ответов. Они предназначены для оценки знания и/или умения использовать одну формулу, навык, методику в определенной области знаний.

- Неструктурированные кейсы (*unstructured cases*) представляют собой материал с большим количеством данных и предназначены для оценки стиля и скорости мышления, умения отделить главное от второстепенного и навыков работы в определенной области. Для них существуют несколько правильных вариантов ответов и обычно не исключается возможность нахождения нестандартного решения.

- Первооткрывательские кейсы (*ground breaking cases*) могут быть как очень короткие, так и длинные. Наблюдение за решением такого кейса дает возможность увидеть, способен ли человек мыслить нестандартно, сколько креативных идей он может выдать за отведенное время. Если проходит групповое решение, то может ли он подхватить чужую мысль, развить ее и использовать на практике.

Виды анализа «кейсов»

1. Проблемный анализ основывается на понятии «проблема»; предполагает осознание сущности, специфики той или иной проблемы и путей ее разрешения (определение формулировки проблемы; определение пространственных и временных границ проблемы; выяснение структуры, функций; выявление закономерностей развития проблемы, ее последствий; определение ресурсов, которые необходимы для разрешения проблемы; пути разрешения проблемы).

2. Причинно-следственный анализ основывается на причинности; предполагает установление причин, которые привели к возникновению данной ситуации, и следствий ее развертывания.

3. Прагматический анализ предполагает осмысление того или иного объекта, процесса, явления с точки зрения более эффективного использования в практической жизни (диагностику содержания деятельности в ситуации, ее моделирование и оптимизацию). Основными понятиями прагматического анализа выступают «эффективность» – достижение высокого результата минимальными ресурсами; «результативность» – способность достигать поставленную цель; «оценка» – величина, характеризующая то или иное явление с точки зрения эффективности и результативности.

4. Аксиологический анализ предполагает анализ того или иного

объекта, процесса, явления в системе ценностей (выявление множества оцениваемых объектов; определение критериев и системы оценивания; построение системы оценок ситуации, ее составляющих, условий, последствий, действующих лиц).

5. Ситуационный анализ имеет особое значение при использовании метода «Case-study». Данный вид анализа основывается на совокупности приемов и методов осмысления ситуации, ее структуры, определяющих ее факторов, тенденций развития и т.п.

6. Прогностический анализ предполагает не разработку, а использование моделей будущего и путей его достижения. Этот анализ сводится к прогностической диагностике, выяснению степени соответствия анализируемого явления или процесса будущему (предсказаний относительно вероятного, потенциального и желательного будущего): задается будущее состояние системы и определяются способы достижения будущего, а также определяется ситуация будущего.

7. Рекомендательный анализ ориентирован на выработку рекомендаций относительно поведения действующих лиц ситуации. От прагматического анализа рекомендательный анализ отличается тем, что предполагает выработку вариантов поведения в некоторой ситуации.

8. Программно-целевой анализ сосредотачивается на разработке программ деятельности в данной ситуации, подробной модели достижения будущего.

Этапы выполнения кейс-задания

Решение кейса представляет собой продукт самостоятельной индивидуальной или групповой работы студентов.

Работа с кейсом осуществляется поэтапно:

Первый этап – знакомство с текстом кейса, изложенной в нем ситуацией, ее особенностями.

Второй этап – выявление фактов, указывающих на проблему(ы), выделение основной проблемы (основных проблем), выделение факторов и персоналий, которые могут реально воздействовать.

Третий этап – выстраивание иерархии проблем (выделение главной и второстепенных), выбор проблемы, которую необходимо будет решить.

Четвертый этап – генерация вариантов решения проблемы. Возможно проведение «мозгового штурма».

Пятый этап – оценка каждого альтернативного решения и анализ последствий принятия того или иного решения.

Шестой этап – принятие окончательного решения по кейсу, например, перечня действий или последовательности действий.

Седьмой этап – презентация индивидуальных или групповых решений и общее обсуждение.

Восьмой этап - подведение итогов в учебной группе под руководством преподавателя.

Рекомендации по осуществлению анализа кейс-задания

Ознакомление студентов с текстом кейса и последующий анализ кейса может осуществляться заранее (за несколько дней до его обсуждения) как самостоятельная работа студентов. Обсуждение небольших кейсов может быть включено в учебный процесс, и студенты могут знакомиться с ними непосредственно на занятиях.

Общая схема работы с кейсом на этапе анализа может быть представлена следующим образом: в первую очередь следует выявить ключевые проблемы кейса и понять, какие именно из представленных данных важны для решения; войти в ситуационный контекст кейса, определить, кто его главные действующие лица, отобрать информацию необходимую для анализа, понять, какие трудности могут возникнуть при решении задачи.

Максимальная польза из работы над кейсами будет извлечена в том случае, если студенты при предварительном знакомстве с ними будут придерживаться систематического подхода к их анализу, основные шаги которого представлены ниже.

1. Выпишите из соответствующих разделов учебной дисциплины ключевые идеи, для того, чтобы освежить в памяти теоретические концепции и подходы, которые Вам предстоит использовать при анализе кейса.

2. Бегло прочтите кейс, чтобы составить о нем общее представление.

3. Внимательно прочтите вопросы к кейсу и убедитесь в том, что Вы хорошо поняли,

что Вас просят сделать.

4. Вновь прочтите текст кейса, внимательно фиксируя все факторы или проблемы, имеющие отношение к поставленным вопросам.

5. Продумайте, какие идеи и концепции соотносятся с проблемами, которые Вам предлагается рассмотреть при работе с кейсом.

Для успешного анализа кейсов следует придерживаться ряда принципов: используйте знания, полученные в процессе лекционного курса; внимательно читайте кейс для ознакомления с имеющейся информацией, не торопитесь с выводами; не смешивайте предположения с фактами; При проведении письменного анализа кейса помните, что основное требование, предъявляемое к нему, – краткость.

Презентация результатов анализа кейсов

Презентация, или представление результатов анализа кейса, выступает очень важным элементом метода. При этом в case-study используются два вида презентаций: устная (публичная) и письменный отчет-презентация. Публичная (устная) презентация предполагает представление решений кейса группе.

Устная презентация требует навыков публичного выступления, умения кратко, но четко и полно изложить информацию, убедительно обосновать предлагаемое решение, корректно отвечать на критику и возражения. Одним из преимуществ публичной (устной) презентации является ее гибкость. Выступающий может откликаться на изменения окружающей обстановки, адаптировать свой стиль и материал, чувствуя настроение аудитории.

Письменный отчет-презентация требует проявления таких качеств, как умение подготовить текст, точно и аккуратно составить отчет, не допустить ошибки в расчетах и т.д. Подготовка письменного анализа кейса аналогична подготовке устного, с той разницей, что письменные отчеты-презентации обычно более структурированы и детализированы. Основное правило письменного анализа кейса заключается в том, чтобы избегать простого повторения информации из текста, информация должна быть представлена в переработанном виде. Самым важным при этом является собственный анализ представленного материала, его соответствующая интерпретация и сделанные предложения. Письменный отчет – презентация может сдаваться по истечении некоторого времени после устной презентации, что позволяет более тщательно проанализировать всю информацию, полученную в ходе дискуссии.

Критерии оценивания кейс-заданий

Критерий	Балл
Научно-теоретический уровень выполнения кейс-задания и выступления	1 балл
Полнота решения кейса	1 балл
Творчество, самостоятельность и оригинальность	0,5 балла
Наличие презентации для сопровождения	0,5 балла
Наличие собственных взглядов на проблему	1 балл
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 лекциях и семинарах (выполнение различных видов самостоятельной работы).

2. Допуск к зачету предполагает:

- суммарный балл для получения зачета должен быть не менее 100 балла.
- положительную оценку за письменный контроль основных понятий разделов курса.
- положительную оценку за тесты основным разделам курса.

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной

аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка
			Квалитативная
высокий	Студент верно выделяет проблему на основе полноценного анализа профессиональной задачи и предлагает пути ее решения, опираясь на нормативно-правовые документы, нравственные и этические нормы; представляет проект программы учебной дисциплины по преподаваемому предмету с опорой на основные требования к разработке данных документов; проектирует ситуации учебного сотрудничества (в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями) в целях эффективного решения образовательных задач, демонстрируя владение формами и методами обучения; проектирует систему контроля и оценки текущих и итоговых результатов освоения содержания учебного предмета; проводит системный анализ учебного занятия (учебной ситуации); предлагает всестороннее и оригинальное решения профессиональной задачи с учетом всех условий	100-75% 135-100 балла	зачтено

повышенный	<p>Студент смог в целом проанализировать условия профессиональной задачи и обосновать ее решение, опираясь на нормативно-правовые акты и нравственно-этические нормы;</p> <p>может проанализировать программу учебной дисциплины с точки зрения основных требований к ее разработке и реализации;</p> <p>планирует коллективную и индивидуальную учебную деятельность на основе знания основных подходов, педагогических технологий, требований нормативных документов, определяющих содержание образования (в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями);</p> <p>подбирает и обосновывает способы контроля и оценки образовательных результатов обучающихся;</p> <p>предлагает способы решения задачи, аргументируя наиболее значимые элементы решения.</p>	74% и ниже 99 балла и ниже	Не зачтено
-------------------	---	---------------------------------------	-------------------

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций			
УК	ОПК	ПК	ППК
Кейс-задание			
	ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность		
	ОПК-1.4. Проектирует процесс решения профессиональных задач с учетом обеспечения защиты достоинства и интересов обучающихся		

	ОПК-2.1. Обосновывает требования к проектированию основных и дополнительных образовательных программ		
	ОПК-2.4. Проектирует основные образовательные программы на основе требований федеральных государственных образовательных стандартов		

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Наименование оценочного средства

Кейс-задание

Кейс – это описание конкретной практической ситуации из будущей профессиональной деятельности обучающихся, предполагающее ее рассмотрение и анализ в ходе самостоятельной работы.

Примеры кейс-заданий

Кейс 1. В школу обратился молодой человек с просьбой принять его на работу в должности учителя физической культуры. При изучении представленных документов директор школы узнал о том, что кандидат привлекался к уголовной ответственности по статье 207 УК РФ. Директор обратился к работнику отдела кадров с просьбой выяснить, имеет ли школа право принимать на работу в таком случае

Кейс 2. Во время заседания управляющего совета возникла дискуссия о том, что является платной образовательной услугой в школе, какие должны быть правила оказания платных услуг. С данными вопросами по итогам прошедшего заседания управляющего совета некоторые родители – члены управляющего совета обратились к директору школы.

Кейс 3. Обучающийся толкнул другого ребенка во время нахождения в помещении образовательной организации, в результате чего от падения потерпевший ребенок получил травму. После лечения родители пострадавшего ребенка обратились в школу с требованием возместить стоимость расходов на лечение и компенсировать моральный вред

Кейс 4. Образовательная организация, оказывающая образовательные услуги в сфере физкультуры и спорта, решила реализовывать образовательные программы в сетевой форме. Определите нормативно-правовые требования к их разработке и реализации.

Критерий	Индикаторы	Балл
Научно-теоретический уровень выполнения кейс-задания и выступления	- использует научную терминологию, привлекает мнения юристов и исследователей	1
Полнота решения кейса	- отражает всю совокупность элементов проблемы в анализируемой ситуации, дает ответы по их решению	1

Творчество, самостоятельность и оригинальность	- демонстрирует самостоятельность в предлагаемом варианте решения, не использует клише и стереотипы,	1
Наличие собственных взглядов на проблему	- демонстрирует умения формулировать собственное мнение, аргументированно его отстаивает	1
Максимальный балл		4

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

а) основная литература

1. Воробьева, С. В. Управление образовательными системами : учебник и практикум для вузов / С. В. Воробьева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 491 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07307-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452904>

2. Образовательное право : учебник для вузов / А. И. Рожков [и др.] ; под редакцией А. И. Рожкова, В. Ю. Матвеева. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 376 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12877-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448490>

б) дополнительная литература

1. Козырин, А. Н., Трошкина, Т. Н. Образовательное право России [Текст] : учебник и практикум : в 2 кн. / А. Н. Козырин, Т. Н. Трошкина ; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». — М. : Изд. дом Высшей школы экономики, 2019.

2. Ладнушкина, Н.М. Образовательное право: вопросы теории и практики : монография / Н.М. Ладнушкина, Д.А. Пашенцев, С.И. Фёклин. — Рязань : Издательство «Концепция», 2017. — 236 с. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_28803389_86662270.pdf

3. Образовательное законодательство России. Новая веха развития: монография / Л.В. Андриченко, В.Л. Баранков, Б.А. Булаевский и др.; отв. ред. Н.В. Путило, Н.С. Волкова; Институт законодательства и сравнительного правоведения при Правительстве Российской Федерации. — М.: ИД Юриспруденция, 2015. — 480 с.

4. Шкатулла В. И. образовательное право россии : учебник для вузов / В. и. Шкатулла. — М.: Юстицинформ, 2015. — 774 с. — URL: http://www.consultant.ru/edu/student/download_books/book/shkatulla_vi_obrazovatelnoe_pravo_ros_sii/

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:

- *практикоориентированность*, изучение каждой темы дисциплины 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 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 дисциплины «Обучение детей с особыми потребностями в образовании» (модуль «Психолого-педагогический») и 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.

Тематический план включает 10 тем, изучение которых направлено на формирование общепрофессиональных компетенций. По каждой теме предусмотрено проведение либо лекционных и практических занятий, либо только практических.

1. По каждой теме проводится самостоятельная работа или тест на владение основными понятиями.

2. Максимальное количество баллов по системе заданий для самостоятельной работы: **69 баллов.**

3. В случае несвоевременной сдачи заданий (без уважительной причины) баллы снижаются:

- при сдаче на следующей неделе после установленного срока – на **0,5 балла**;

- при сдаче на третьей и последующих неделях – на **1 балл**.

4. Ответы студента на практических занятиях оцениваются от 2 до 7 баллов.

5. Студент может получить дополнительные баллы за выполнение заданий, не входящих в список обязательных.

Максимальная сумма баллов для промежуточной аттестации устанавливается исходя из количества изученных тем и заданий к ним.

Оценка на зачете ставится с учетом самостоятельной работы студента и промежуточной аттестации.

При реализации содержания программы следует предусмотреть использование разнообразных организационных форм и методов обучения, основанных на активизации

учебно-познавательной деятельности студентов, их самостоятельности.

На лекционных занятиях раскрываются узловые теоретические вопросы педагогики, с демонстрацией разнообразных методологических, теоретических и технологических подходов к рассматриваемым педагогическим проблемам и основные пути их решения. Они призваны пробудить интерес студентов к научной и профессиональной деятельности, к возможностям реализации собственных творческих способностей.

Практические занятия направлены преимущественно на формирование педагогических знаний, на отработку общепедагогических умений, овладение элементами анализа педагогических явлений и процессов. Практические задания, используемые на семинарских занятиях, имеют целью разработку собственного педагогического видения, подхода к решению профессионально-педагогических проблем воспитания и обучения.

Усилению практико-ориентированного характера учебного курса могут способствовать различные виды самостоятельной работы студентов, направленные на отработку умений организации и осуществления педагогического взаимодействия и решение задач самообразования. Кроме того, самостоятельная работа студентов связана с работой по анализу педагогической литературы с целью знакомства с актуальными педагогическими проблемами. Изучение данной дисциплины создает теоретическую основу для последующего усвоения практической педагогики.

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. 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. 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 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместры			
		3			
Контактная работа с преподавателем (всего)	10	10			
В том числе:					
Лекции	4	4			
Практические занятия (ПЗ)	6	6			
Лабораторные работы (ЛР)					
Самостоятельная работа (всего)	98	98			
В том числе:					
Анализ нормативно-правовых документов	40	40			
Кейс-задание	20	20			
Проект	20	20			

Таблица	9	9			
Схема	9	9			
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	За	За			
Общая трудоемкость (часов)	108	108			
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	3			

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 часов
1	Раздел: Общая характеристика образовательного права	1			8	9
1.1.	Право как регулятор общественных отношений и образовательное право как комплексная отрасль права.	1			8	9
2	Раздел: Понятие и система источников образовательного права	1	4		50	55
2.1.	Система и уровни правового регулирования образовательных отношений. Федеральные, региональные и муниципальные нормативно-правовые акты об образовании.	1	2		20	23
2.2.	Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273		1		10	11
2.3.	Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность		1		20	21
3	Раздел: Актуальные проблемы образовательного права на современном этапе	2	2		40	44
3.1.	Правовой статус организации, осуществляющей образовательную деятельность	1			10	11
3.2.	Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные требования		1		10	11
3.3.	Образовательные программы и формы их реализации.		1		10	11
3.4.	Правовое регулирование трудовых отношений в сфере образования	1			10	11
Всего:		4	16		98	108

13.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы

13.3.1. Содержание самостоятельной работы студентов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов				
1	Право как регулятор общественных отношений и образовательное право как комплексная отрасль права	Разработать схему «Право как регулятор общественных отношений»				
		Написать эссе с обоснованием своего видения выделения образовательного права в самостоятельную отрасль				
2	Система и уровни правового регулирования образовательных отношений. Федеральные, региональные и муниципальные нормативно-правовые акты об образовании.	Составить таблицу с характеристикой международных правовых актов в сфере образования				
		Составить опорную схему «Уровни законодательных и подзаконных актов в сфере образования РФ»				
		На основе анализа нормативно-правовых актов различного уровня составить сравнительную таблицу компетенции федерации, субъекта РФ и муниципальных образования в сфере образования				
		Решение кейс-заданий				
		Подготовить эссе-рассуждение о пробелах в нормативно-правовом обеспечении образовательной деятельности на разных уровнях				
3	Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273	Провести анализ ФЗ-273 «Об образовании» и графически представить его структуру				
		Анализ отдельных статей ФЗ-273 на предмет их содержания и реализуемости				
4	Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность	Составить таблицу «Локальные нормативно-правовые акты организации, осуществляющей образовательную деятельность»				
		<table border="1" data-bbox="756 1267 1465 1379"> <thead> <tr> <th data-bbox="756 1267 986 1346">Локальный акт</th> <th data-bbox="986 1267 1465 1346">Функции документа</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="756 1346 986 1379"> </td> <td data-bbox="986 1346 1465 1379"> </td> </tr> </tbody> </table>	Локальный акт	Функции документа		
		Локальный акт	Функции документа			
Разработать опорную схему реквизитов документов						
Разработать проект совершенствования системы локального нормативно-правового обеспечения организации, осуществляющей образовательную деятельность						
5	Правовой статус организации, осуществляющей образовательную деятельность	Разработать опорную схему организационно-правовых форм и видов экономической деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность				
		Кейс-задание				
		Разработать схему лицензирования образовательной деятельности				
6	Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные	Провести анализ нормативно-правовых документов, регламентирующих стандарты в образовании и представить схему с их структурой				

	требования	Подготовить сравнительную таблицу ФГОС и ФГТ на основе собственных критериев сравнения						
		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Критерий сравнения</th> <th>ФГОС</th> <th>ФГТ</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Критерий сравнения	ФГОС	ФГТ			
Критерий сравнения	ФГОС	ФГТ						
7	Образовательные программы и формы их реализации.	Подготовить проект положения о разработке образовательной программы						
8	Правовое регулирование трудовых отношений в сфере образования	Составить таблицу нормативно-правовых актов, регулирующих трудовые отношения в сфере образования с их характеристикой						
		Провести анализ профессиональных стандартов и представить проект их внедрения в организацию, осуществляющую образовательную деятельность						
		Написать эссе о проблемах и пробелах правового регулирования трудовых отношений в сфере образования на современном этапе						

**ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса
В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020 г.

Программа комплексного экзамена

Модуль «Предметно-содержательный»

**Рекомендуется для направления подготовки
44.04.01 Педагогическое образование
направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки**

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

доцент кафедры спортивных дисциплин, к.п.н.
доцент кафедры спортивных дисциплин, к.б.н.
профессор кафедры МБОС и ТФК, д.б.н.
доцент кафедры МБОС и ТФК, к.п.н.
доцент кафедры МБОС и ТФК, к.б.н.
доцент кафедры МБОС и ТФК, к.б.н.
доцент кафедры дополнительного
образования, к.пол.н.
ст. преподаватель кафедры
спортивных дисциплин

Г.Е. Ступина
П.В. Михайлов
А.В. Муравьев
О.А. Солоненко
О.Н. Семенова
А.В. Коромыслов
Е.А. Страдина

О.И. Дубова

Утверждена на заседании кафедр:

спортивных дисциплин
« ____ » _____ 2020 г.
Протокол №
Зав. кафедрой
МБОС и ТФК
« ____ » _____ 2020 г.
Протокол №
Зав. кафедрой

С.Ф. Бурухин

В.Н. Левин

1. Цель комплексного экзамена по Предметно-содержательному модулю: определить уровень сформированности у обучающихся системы знаний, необходимых для решения профессиональных задач, связанных с развитием необходимых двигательных умений и навыков, направленных на сохранение и укрепление здоровья; поддержание интереса к занятиям физической культурой и спортом

2. Дисциплины модуля, включенные в содержание комплексного экзамена:

- Функциональная анатомия;
- Биомеханика и анализ движений;
- Физкультурно-спортивные технологии;
- Современные направления фитнеса;
- Теория физической культуры и спорта;
- Управление спортивной тренировкой;
- Адаптивное физическое воспитание;
- Образовательное законодательство Российской Федерации;
- Производственная (педагогическая) практика;
- Производственная практика (научно-исследовательская работа);
- Производственная (технологическая) практика;
- Антидопинговое обеспечение в спорте/Фармакологические средства восстановления в спортивной деятельности (дисциплина по выбору);
- Оздоровительный массаж и ЛФК/Физическая реабилитация (дисциплина по выбору);
- Физиологическое обоснование тренировочного процесса/Физиология физической культуры и спорта (дисциплина по выбору).

3. Перечень планируемых результатов освоения модуля:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов
УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	УК-2.2. Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее решения через реализацию проектного управления. УК-2.3. Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения. УК-2.4. Разрабатывает план реализации проекта с учетом возможных рисков реализации и возможностей их устранения, планирует необходимые ресурсы.

		<p>УК-2.5. Осуществляет мониторинг хода реализации проекта, корректирует отклонения, вносит дополнительные изменения в план реализации проекта, уточняет зоны ответственности участников проекта.</p> <p>УК-2.6. Предлагает процедуры и механизмы оценки качества проекта, инфраструктурные условия для внедрения результатов проекта.</p>
<p>УК-3</p> <p>Способен организовывать и руководить работой команды, выработывая командную стратегию для достижения поставленной цели</p>		<p>УК-3.1. Выработывает стратегию командной работы и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели.</p> <p>УК-3.2. Организует и корректирует работу команды, в том числе на основе коллегиальных решений.</p> <p>УК-3.3. Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон; создает рабочую атмосферу, позитивный эмоциональный климат в команде.</p> <p>УК-3.4. Делегирует полномочия членам команды и распределяет поручения, дает обратную связь по результатам, принимает ответственность за общий результат</p>
<p>УК-5</p> <p>Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</p>		<p>УК-5.1. Строит межкультурный диалог с учетом правил межкультурного взаимодействия в повседневной жизни и в профессиональной деятельности: уважение к собеседнику; безоценочность суждений; проявление доброжелательности и интереса к собеседнику; недопущение дискриминации; субъектность позиции; открытость и доверие.</p> <p>УК-5.2. Осуществляет надситуативное и конструктивное межкультурное взаимодействие в различных социальных контекстах.</p> <p>УК-5.3. Отбирает и использует в процессе взаимодействия эффективные и адекватные ситуации способы и средства.</p> <p>УК-5.4. Оценивает эффективность процесса межкультурного взаимодействия.</p>
<p>УК-6</p> <p>Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</p>		<p>УК-6.1. Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной (в том числе профессиональной) деятельности на основе самооценки.</p> <p>УК-6.2. Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков.</p> <p>УК-6.3. Выстраивает гибкую профессиональную траекторию с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития.</p>
<p>ПК-1.</p> <p>Способен организовывать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ</p>		<p>ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.</p> <p>ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.</p> <p>ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.</p> <p>ПК-1.4 Решает профессиональные задачи, связанные с оказанием психолого-педагогической поддержки обучающихся</p>

		в процессе освоения основных и дополнительных программ ПК-1-5 Разрабатывает и реализует систему профориентационных мероприятий с обучающимися и их родителями
ПК-2. Способен проектировать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ		ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ. ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ
ОПК-1. Способен осуществлять и оптимизировать профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики		ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность в РФ ОПК-1.2. Проектирует пути решения профессиональных задач с учетом правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики ОПК-1.3. Предлагает способы оптимизации профессиональной деятельности ОПК-1.4. Проектирует процесс решения профессиональной задачи с учетом обеспечения защиты достоинства и интересов обучающихся
ОПК-2. . Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации		ОПК-2.1 Обосновывает требования к проектированию основных и дополнительных образовательных программ ОПК-2.2 Подбирает информационно-коммуникационные технологии для эффективной реализации основных и дополнительных образовательных программ. ОПК-2.3 Разрабатывает научно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных образовательных задач ОПК-2.4 Проектирует основные образовательные программы на основе требований федеральных государственных образовательных стандартов. ОПК-2.5 Разрабатывает программу учебной дисциплины и технологические карты учебных занятий на основе интеграции современных методов и технологий обучений
ОПК-3. Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями		ОПК-3.1. Разрабатывает варианты использования в учебном процессе инновационных форм и методов обучения, в том числе выходящих за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты и полевая практика и т.п. ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех

	<p>обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.3. Проектирует и предлагает рекомендации по созданию ситуаций учебного сотрудничества и взаимодействия, обучающихся в целях эффективного решения образовательных задач</p> <p>ОПК-3.4. Проектирует совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся на основе методики преподавания, деятельностного подхода, инновационных технологий, требований федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>ОПК-3.5. Разрабатывает интерактивные формы и методы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся</p>
<p>ОПК-4 Способен создавать и реализовывать условия и принципы духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей</p>	<p>ОПК-4.2. Предлагает рекомендации по проектированию ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка)</p> <p>ОПК-4.3. Разрабатывает рекомендации по использованию воспитательных возможностей различных видов деятельности, обучающихся для создания в образовательной организации воспитывающей образовательной среды</p> <p>ОПК-4.4. Проектирует систему мероприятий по духовно-нравственному воспитанию обучающихся на основе базовых национальных ценностей</p>
<p>ОПК-5. Способен разрабатывать программы мониторинга результатов образования обучающихся, разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении</p>	<p>ОПК-5.1. Обосновывает требования к организации мониторинга результатов образовательной деятельности обучающихся</p> <p>ОПК-5.2. Осуществляет системный анализ результатов и эффективности организации образовательного процесса</p> <p>ОПК-5.3. Проектирует программы для обучающихся по преодолению трудностей в обучении</p> <p>ОПК-5.4. Разрабатывает систему контроля и оценки достижений обучающихся в соответствии с планируемыми результатами образовательной деятельности</p> <p>ОПК-5.5. Предлагает рекомендации по организации мониторинга результатов образования и использованию его результатов для совершенствования образовательного процесса в организации</p>
<p>ОПК-8 Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований</p>	<p>ОПК-8.4 Проектирует систему работы с коллективом на основе современных теорий и концепций о развитии детского-взрослых сообществ</p>
<p>ППК-1 Способность организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую</p>	<p>ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта</p> <p>ППК-1.2 Дает объективную оценку знаний обучающихся на основе различных методов контроля реальных учебных возможностей занимающихся.</p> <p>ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение</p>

<p>деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов, регулирующих жизнедеятельность человека.</p>	<p>учебных предметов. ППК-1.4 Производит систематический анализ эффективности тренировок, опираясь на знание основных закономерностей функционирования организма</p>
<p>ППК-2 Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.</p>	<p>ПК-2.1. Разрабатывает научно-методические и учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию основных и дополнительных профессиональных программ ПК-2.2. Проводит анализ и экспертизу научно-методических и учебно-методических материалов, обеспечивающих реализацию основных и дополнительных профессиональных образовательных программ. ПК-2.3. Решает профессиональные задачи, связанные с проектированием и организацией образовательной деятельности обучающихся по основным и дополнительным профессиональным образовательным программам ПК-2.4. Разрабатывает систему мониторинга эффективности реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ</p>
<p>ППК-3 Способен проектировать комплекс взаимосвязанных приемов, методов, форм, средств обучения медико-биологического сопровождения тренировочного процесса и эффективно использовать его в образовательном процессе</p>	<p>ППК 3.1 Способен находить, анализировать и использовать источники профессиональной информации ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса. ППК-3.3 Знает и использует в профессиональной деятельности законодательство РФ в части регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.</p>

4. Требования к проведению комплексного экзамена:

Допуск к экзамену осуществляется при соблюдении следующих требований:

- 1) Зачет с оценкой по дисциплине - Функциональная анатомия;
- 2) Экзамен по дисциплине - Биомеханика и анализ движений;
- 3) Зачет по дисциплине - Физкультурно-спортивные технологии;
- 4) Зачет по дисциплине - Современные направления фитнеса;
- 5) Экзамен по дисциплине - Теория физической культуры и спорта;
- 6) Зачет с оценкой по дисциплине - Управление спортивной тренировкой;
- 7) Зачет по дисциплине - Адаптивное физическое воспитание;
- 8) Зачет по дисциплине - Образовательное законодательство Российской Федерации;
- 9) Зачет с оценкой по дисциплине - Производственная (педагогическая) практика;

10) Зачет с оценкой по дисциплине - Производственная практика (научно-исследовательская работа);

11) Зачет с оценкой по дисциплине - Производственная (технологическая) практика;

12) Зачет по дисциплине - Антидопинговое обеспечение в спорте/ Фармакологические средства восстановления в спортивной деятельности (дисциплина по выбору);

13) Зачет по дисциплине - Оздоровительный массаж и ЛФК/ Физическая реабилитация (дисциплина по выбору);

14) Зачет по дисциплине - Физиологическое обоснование тренировочного процесса/ Физиология физической культуры и спорта (дисциплина по выбору).

5. Структура комплексного экзамена:

1. Компетентностно-ориентированный тест (теоретические вопросы по дисциплинам модуля базовой профессиональной подготовки).

6. Критерии оценки результатов комплексного экзамена

Итоговая оценка складывается из 4 составляющих:

1. - Производственная (педагогическая) практика;
2. Производственная практика (научно-исследовательская работа);
3. Производственная (технологическая) практика;
4. Компетентностно-ориентированный тест;

Оценка за каждую из составляющих должна быть не ниже «удовлетворительно»

отлично	18 - 20 баллов за четыре составляющие
хорошо	15 - 17 баллов за четыре составляющие Оценка за каждую из составляющих должна быть не ниже «удовлетворительно»
удовлетворительно	12-14 баллов за четыре составляющие Оценка за каждую из составляющих должна быть не ниже «удовлетворительно»
неудовлетворительно	Оценка хотя бы за одну из составляющих «неудовлетворительно»

7. Содержание комплексного экзамена

7.1. Компетентностно-ориентированный тест

Компетентностно-ориентированный тест состоит 11 вопросов, которые автоматически комплектуются из 33 вопросов по теоретическим аспектам дисциплин модуля. Ниже представлены вопросы и задания теста.

1) Что является главной целью комплексной реабилитации инвалидов?

- а) *повышение качества жизни;*
- б) обеспечение протезно-ортопедическими изделиями;
- в) повышение функциональных возможностей организма;
- г) коррекция и компенсация имеющихся нарушений

2) Какой из видов адаптивной физической культуры направлен на раскрытие резервных возможностей организма и достижение максимального результата?

- а) адаптивное физическое воспитание;
- б) адаптивная физическая реабилитация;
- в) *адаптивный спорт;*
- г) адаптивная двигательная рекреация

3) В каких олимпийских играх принимают участие слепые спортсмены?

- а) Олимпийские игры глухих,
- б) Специальная Олимпиада ,
- в) Всемирные игры слепых ,
- г) *Паралимпийское движение*

4) В каком году вступил в силу антидопинговый кодекс

- а) *Июль 2004*
- б) Январь 2006
- в) Август 1999

5) Дайте определение понятию «допинг»

- а) Употребление запрещенных веществ
- б) *Нарушение антидопинговых правил*
- в) Использование запрещенных методов

6) Как часто ВАДА обновляет запрещенный список

- а) *Ежегодно 1 января*
- б) Один раз в два года
- г) Один раз в пять лет

7) Совокупность средств и методов, применяемых для достижения желаемого результата это:

- а) стратегия
- б) тактика
- в) *технология*

8) Какой из перечисленных факторов является ключевым в росте результатов спортсменов в настоящее время?

- а) Разработка правил соревнований
- б) *Индивидуализация тренировки*
- в) Повышение объема тренировочных нагрузок

9. В каком виде спорта совершенствование спортивного инвентаря в наибольшей степени повлияло на улучшение результатов?

- а) Бег
- б) Плавание
- в) *Лыжные гонки*

10) Тренировочный эффект, характеризующий изменения, происходящие в организме спортсмена непосредственно во время выполнения упражнения и в ближайший период отдыха, называют:

- а) *срочный*
- б) отставленный
- в) кумулятивный

11) При повышении физической работоспособности пульсовая стоимость стандартной физической нагрузки:

- а) Увеличивается
- б) *Уменьшается*
- в) Не изменяется

12) Рост тренированности обусловлен тем, что после тренировки в процессе восстановления работоспособность возвращается:

- а) до исходного уровня
- б) *выше исходного*
- в) ниже исходного

13) Какой базовый шаг относится к шагам без смены лидирующей ноги?

- а) *Mambo*
- б) Step-tap
- в) Knee-up
- г) Grape-wine

14) Выберите направление фитнеса, которое можно отнести к направлениям mind bodi

- а) степ-аэробика
- б) сайкл
- в) зумба
- г) *пилатес*

15) Музыкальный квадрат включает в себя:

- а) 36 счетов
- б) *32 счета*
- в) 64 счета
- г) 16 счетов

16) Целью корригирующих упражнений для позвоночника является всё перечисленное, кроме:

- а) укрепление мышц туловища;
- б) укрепление преимущественно разгибателей;
- в) коррекция позвоночника в направлении противоположном патологическому искривлению;

г) развитие выносливости;

д) развитие статической и динамической функции позвоночника и грудной клетки.

17) Общие противопоказания в лечебной физкультуре включают всё перечисленное, кроме:

а) гипостатической пневмонии;

б) кровотечения;

в) Высокой температуры тела;

г) Метастазирующих опухолей;

д) Обострение хронических заболеваний.

18) Выделяют все перечисленные разновидности приёмов поглаживания, кроме:

а) спиралевидное;

б) Гребнеобразное;

в) крестообразное;

г) Сотрясение.

19) Образовательное законодательство РФ включает в себя:

а) федеральный закон «Об образовании» и подзаконные акты, принимаемые Правительством РФ и профильными министерствами;

б) федеральные и региональные (субъекта РФ) законы об образовании.

в) всю совокупность нормативно-правовых актов (законодательных и подзаконных), которые регулируют отношения, складывающиеся в области образования РФ, в том числе, ратифицированные международные документы;

20) Правовой статус педагогического работника включает в себя следующие составляющие (один вариант ответа):

а) совокупность прав и свобод, трудовых прав, социальных гарантий и компенсаций, ограничений, обязанностей и ответственности, которые установлены законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации

б) только академические права и свободы педагогического работника в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ».

в) совокупность прав и ответственности педагогического работника, предусмотренных Федеральным законом «Об образовании в РФ»

г) верны все варианты ответов

21) Кто является субъектом лицензирования деятельности образовательной организации, реализующей образовательные программы дополнительного образования детей в Российской Федерации (один вариант ответа):

а) уполномоченный федеральный орган исполнительной власти (Рособрнадзор)

б) уполномоченный орган исполнительной власти субъекта Российской Федерации

в) уполномоченный орган муниципального образования

Задания открытой формы:

22) Дать определение долговременной адаптации к мышечным нагрузкам, как основы тренировочного процесса.

Ключ: Долговременная адаптация – это формирование структурного и функционального ответа организма на длительное воздействие на него физическими нагрузками, которое ведет к увеличению физиологических резервов основных систем организма, и является основой тренированности

23) Локальное мышечное утомление вызвано:

- а) Торможением в ЦНС;
- б) *Критическим уровнем накопления молочной кислоты в крови;*
- в) Истощением энергетических ресурсов мышечных клеток.

24) Величина аэробной работоспособности в основном определяется:

- а) *Эффективностью транспорта кислорода и величиной максимального потребления кислорода;*
- б) Запасами АТФ в мышечных клетках;
- в) Устойчивостью мышечных клеток к сдвигу рН в кислую сторону.

Задания открытой формы:

25) Что включает в себя биомеханический анализ движений?

Ключ: Биомеханический анализ двигательных действий включает: 1) Описание внешней картины движения на основе кинематических характеристик (пространственных, временных и пространственно-временных); 2) Определение действующих на тело сил и/или их моментов (сил рабочих, сил сопротивления, отклоняющих и восстанавливающих сил или их моментов), а также инерционность движущихся тел и их механическую энергию; 3) Определение цели двигательного действия, как задачи управления этим движением, с детализацией двигательных программ данного движения как элемента спортивной техники.

26) В чем состоит общая задача изучения движений человека:

- а) достижение поставленной цели;
- б) оценка эффективности приложения сил;
- в) оценка эффективности приложения сил для достижения поставленной цели;
- г) *все ответы правильные.*

27) Момент инерции – это:

- а) мера инертности тела при поступательном движении;
- б) *мера инертности тела при вращательном движении;*
- в) мера воздействия силы на тело за данный промежуток времени;
- г) мера вращающего действия на тело.

28) Физическая культура – это:

а) составная часть общей культуры, объединяющая категории, закономерности, учреждения и блага, созданные для интенсивного использования физического упражнения в рамках соревновательной деятельности, которая преследует цель первенства и рекорда, вследствие физического и духовного совершенствования человека.

б) специфическая философия жизни, включающая в себя духовное содержание спорта. Она несет в себе исторический, мировоззренческий, аксиологический потенциалы. В этой связи возрастает роль олимпийского образования, содержание которого, на наш взгляд, должно определяться освоением ценностей олимпийской культуры.

в) часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

29) Спорт – это:

- а) часть физической культуры;
- б) сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним;
- в) соревнование, игра.

30) Макроцикл спортивной подготовки – это:

- а) целостный, упорядоченный этап подготовки, который в соответствии с главной задачей обеспечивает оптимальную динамику развития и удержания спортивной формы;
- б) целостный, относительно законченный этап подготовки, в рамках которого в соответствии с главной задачей формируется целесообразная упорядоченность определенных средств и методов, обеспечивающих оптимальную динамику кумулятивного эффекта в развитии различных качеств и способностей;
- в) совокупность нескольких занятий, которые составляют относительно законченный фрагмент тренировочного процесса, обеспечивающий оптимальное сочетание следовых тренировочных эффектов для решения задач данного этапа подготовки.

31) Поверхностная мышца спины, которая опускает поднятую руку, вращает плечо внутрь, при фиксированных руках подтягивает к ним туловище, называется

- а) трапецевидная;
- б) широчайшая;
- в) передняя зубчатая;
- г) пирамидальная.

32) Мышца начинается от латерального надмыщелка плечевой кости, небольшая, прикрепляется к задней поверхности локтевой кости, разгибает предплечье.

- а) плечевая мышца;
- б) локтевая мышца;
- в) плечелучевая мышца;
- г) подлопаточная.

33) Мотонейроны находятся в.....спинного мозга:

- а) в передних рогах;
- б) в спинномозговом узле;
- в) в боковых рогах;
- г) в задних рогах.

Спецификация

Код и наименование компетенции	Вопросы теста
УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий	16; 17; 18
УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного	1;3; 5;4; 2

цикла	
УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	8; 9; 13; 14; 15
УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	1; 2; 3; 4; 5; 6; 10; 11; 12
УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	7; 8; 9; 10; 11; 12; 19; 20
ОПК-1. Способен осуществлять и оптимизировать профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	8; 9; 13; 14; 15; 16; 17; 18
ОПК-2. Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации	21; 24; 22
ОПК-3. Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	25; ; 23; 27
ОПК-4. Способен создавать и реализовывать условия и принципы духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей	30; 33; 23
ОПК-5. Способен разрабатывать программы мониторинга результатов образования обучающихся, разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении	29; 27; 28; 24
ОПК-8. Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований	30; 31
ПК-1 Способен организовывать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ	23; 25; 29
ПК-2 Способен проектировать научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных профессиональных образовательных программ	27; 22
ППК-1Способность организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов, регулирующих жизнедеятельность человека.	32; 12; 11
ППК-2Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.	10; 15; 17
ППК-3 Способен проектировать комплекс взаимосвязанных приемов, методов, форм, средств обучения медико-биологического сопровождения тренировочного процесса и эффективно использовать его в образовательном процессе	3; 22; 11

Критерии оценивания теста

Оценка	Количество правильных	Процент правильно
---------------	------------------------------	--------------------------

	ответов	выполненных заданий
отлично	10-11	от 90% правильных ответов и выше
хорошо	8-9	от 75% до 90% правильных ответов
удовлетворительно	6-7	от 60% до 75% правильных ответов
неудовлетворительно	0-5	до 60 % правильных ответов

7. Перечень литературы, необходимой для подготовки к комплексному экзамену:

1. Афанасьев В.В. Основы отбора, прогноза и контроля в спорте [Текст]: монография / В.В. Афанасьев, А.В. Муравьев, И.А. Осетров, П.В. Михайлов, А.А. Муравьев, Л.А. Огородникова, М.А Сивов. - Ярославль, 2008. – 278 с.
2. Березина, В.А. Дополнительное образование детей в России [Текст]: учебно-методическое пособие. - М.: АНО «Диалог культур», 2007. – 511 с.
3. Бурмистров В.Н. Атлетическая гимнастика для студентов [Электронный ресурс] – М.: Российский университет дружбы народов, 2012. – 172 с.
4. 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>
5. Голованов, В.П. Педагогика дополнительного образования детей [Текст]: учебное пособие. – Йошкар-Ола: ГОУ ДПО (ПК) С «Марийский институт образования», 2006. – 500с.
6. Дополнительное образование детей [Текст]: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / под ред. О.Е. Лебедева. - М.: ВЛАДОС, 2000. – 256 с.
7. Дубровский В.И. Физиология спорта.- М.: Владос.- учеб. для вузов.- 2005.
8. Дубровский В.И., Федорова В.Н. Биомеханика: Учебник для вузов.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
Муравьев А.В., Михайлов П.В., Осетров И.А., Муравьев А.А. Биомеханика физических упражнений [Текст]: учебное пособие. – Ярославль: изд-во ЯГПУ, 2014.- 240 с.
- Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Текст]: учебник для образовательных учреждений вузов по направлению 032100 - Физическая культура. / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2012. - 618 с.
9. Евладова, Е.Б., Логинова, Л.Г., Михайлова, Н.Н. Дополнительное образование детей [Текст]: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: ВЛАДОС, 2002. – 352 с.
10. Еремушкин М.А. Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура [Электронный ресурс] _ М.: Издательство Спорт, 2016. – 184 с.
11. Золотарева А.В., Пикина А.Л. Методика дополнительного образования. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2014. – 320с.

12. Золотарева, А.В. Дополнительное образование детей: Теория и методика социально-педагогической деятельности [Текст]. Ярославль: Академия развития, 2004. – 304 с.
13. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека. (Учебник для высших учебных заведений физической культуры) – М.: 2003;
14. Макарова Г.А. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов - М.:Советский спорт, 2003. - 160 с.
15. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник.- М.: «Советский спорт».- 2003.- 480.
16. Митрохина В.В. Аэробика. Теория. Методика. Практика [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.В. Митрохина. — Электрон. текстовые данные. — М. : Российский университет дружбы народов, 2010. — 136 с. — 978-5-209-03473-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11442.html>
17. Фармакология спорта / под ред. Р.Д.Сейфуллы . – К.Олимпийская литература, 2010.- 640 с.
18. Физиология центральной нервной системы [Текст]: учебное пособие для студентов медицинских вузов. / В. М. Смирнов [и др.] - 6-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 367 с

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Проректор
по организации образовательной деятельности
и обеспечению условий образовательного процесса
_____ **В.П. Завойстый**
« _____ » _____ 202__ г.

Программа учебной (производственной) практики

Наименование практики:
К.М.03.10(П) Производственная (педагогическая) практика

Способ проведения практики: стационарная

Форма проведения практики: непрерывная

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01 Педагогическое образование
(профиль «Технологии спортивной подготовки»)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры спортивных дисциплин,
канд.биол.наук

Е.Н.Квасовец

Утверждено на заседании кафедры
спортивных дисциплин

_____ 202__ г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой

С.Ф.Бурухин

1. Цели практики:

Целью производственной (педагогической) практики является:

- овладение необходимыми компетенциями, связанными с решением практических задач в сфере преподавания теоретических дисциплин на факультете физической культуры;
- выработка навыков организации и проведения практических и семинарских занятий по теоретическим дисциплинам со студентами бакалавриата.

2. Задачи практики:

Задачами практики являются:

- изучение и анализ направлений педагогической деятельности в образовательной организации;
- изучение коллектива учебной группы;
- изучение и анализ особенностей организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся;
- проектирование и организация практических и семинарских учебных занятий для обучающихся;
- реализация в практической деятельности современных образовательных технологий и анализ результатов их использования для проведения учебных занятий;
- разработка и реализация системы профессиональных приемов;
- изучение и анализ эффективности результатов деятельности по организации учебного и воспитательного процесса в учебной группе;
- обобщение, систематизация, описание и анализ результатов своей практической деятельности по решению профессиональных задач.

3. Место практики в структуре образовательной программы (ОП):

Практика включена в вариативную часть ОП.

Практика базируется на компетенциях, формируемых в рамках соответствующего модуля.

Форма проведения практики – непрерывная, способ проведения практики - стационарный.

Прохождение практики является необходимой основой для последующего изучения магистерской образовательной программы.

4. Место и время проведения производственной (учебной) практики

Практика проводится на базе кафедр университета.

При выборе баз практики необходимо руководствоваться следующими критериями:

- соответствие действующим нормативно-правовым, гигиеническим, санитарным и техническим нормам, условиям пожарной безопасности, ГОСТ и Регламентам в данной области;
- наличие высококвалифицированных педагогических кадров;
- наличие в учреждении необходимой инфраструктуры (технических средств обучения, компьютерной техники и средств телекоммуникации).

Практика проводится в течение 4-х недель на 2 курсе в 4 семестре.

5. Объем производственной (учебной) практики в зачетных единицах и ее продолжительность в неделях и академических часах

Общая трудоемкость практики составляет:

6 зачетных единиц;

4 недель;

216 часов

6. Перечень планируемых результатов прохождения практики, соответствующих с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

Практика направлена на формирование следующих компетенций:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
ОПК-1	Способен осуществлять и оптимизировать профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	<p>ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность в РФ.</p> <p>ОПК-1.2. Проектирует пути решения профессиональных задач с учетом правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики.</p> <p>ОПК-1.3. Предлагает способы оптимизации профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-1.4. Проектирует процесс решения профессиональной задачи с учетом обеспечения защиты достоинства и интересов обучающихся.</p>	Подготовка и анализ творческого задания
ОПК-2	Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации	<p>ОПК-2.1. Обосновывает требования к проектированию основных и дополнительных образовательных программ.</p> <p>ОПК-2.2. Подбирает информационно-коммуникационные технологии для эффективной реализации основных и дополнительных образовательных программ.</p> <p>ОПК-2.3. Разрабатывает научно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных образовательных программ.</p> <p>ОПК-2.4. Проектирует основные образовательные программы на основе требований федеральных государственных образовательных стандар-</p>	Сценарный план урока; письменная работа

		<p>тов.</p> <p>ОПК-2.5. Разрабатывает программу учебной дисциплины и технологические карты учебных занятий на основе интеграции современных методов и технологий обучения Совместная и индивидуальная учебная и воспитательная деятельность обучающихся .</p>	
ОПК-3	<p>Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p>	<p>ОПК-3.1. Разрабатывает варианты использования в учебном процессе инновационных форм и методов обучения, в том числе выходящих за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты и полевая практики и т.п.</p> <p>ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.3. Проектирует и предлагает рекомендации по созданию ситуаций учебного сотрудничества и взаимодействия обучающихся в целях эффективного решения образовательных задач</p> <p>ОПК-3.4. Проектирует совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся на основе методики преподавания, деятельностного подхода, инновационных технологий, требований федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>ОПК-3.5. Разрабатывает интерактивные формы и методы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся Построение воспиты-</p>	<p>Проект реализации воспитательного мероприятия</p>

		вающей образовательной среды.	
ОПК-5	Способен разрабатывать программы мониторинга результатов образования обучающихся, разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении	<p>ОПК-5.1. Обосновывает требования к организации мониторинга результатов образовательной деятельности обучающихся.</p> <p>ОПК-5.2. Осуществляет системный анализ результатов и эффективности организации образовательного процесса.</p> <p>ОПК-5.3. Проектирует программы для обучающихся по преодолению трудностей в обучении.</p> <p>ОПК-5.4. Разрабатывает систему контроля и оценки достижений обучающихся в соответствии с планируемыми результатами образовательной деятельности.</p> <p>ОПК-5.5. Предлагает рекомендации по организации мониторинга результатов образования и использованию его результатов для совершенствования образовательного процесса в организации Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности.</p>	Проект использования новых психолого-педагогических технологий, разработка системы контроля
ПК-1	Способен организовать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ	<p>ПК-1.1. Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании</p> <p>ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся</p> <p>ПК-1.3. Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов</p>	Сценарный план урока; форма внеурочной деятельности по предмету, прфориетационные мероприятия

		<p>ПК-1.4. Решает профессиональные задачи, связанные с оказанием психолого-педагогической поддержки обучающихся в процессе освоения основных и волнительных образовательных программ</p> <p>ПК-1.5. Разрабатывает и реализует систему профориентационных мероприятий с обучающимися и их родителями</p>	
--	--	---	--

* описание оценочных средств находится в разделе «Фонд оценочных средств» образовательной программы

7. Содержание практики

№ п/п	Содержание деятельности на практике по этапам	Общая трудоемкость		Индивидуальные задания с указанием темы и/или вида работы	Форма представления результата в отчете по практике
		ЗЕТ	Часы		
1	Подготовительный этап – установочный (35 часов)				
1.1	Распределение студентов по профильным организациям		4		
1.2	Участие в установочной конференции в вузе		2		Указания в дневнике практики
1.3	Прохождение инструктажа по охране труда и технике безопасности		2		Журнал инструктажа
1.4	Составление плана практики, согласование его с руководителем профильной организации		5	Разработка индивидуального плана педагогической практики	План практики
1.5	Уточнение плана работы и согласование индивидуальных заданий	0,2	8		Перечень индивидуальных заданий
1.6	Изучение нормативной документации, регламентирующей проведение практических и семинарских занятий по дисциплинам. Посещение и анализ практических занятий преподавателей по дисциплинам	0,6	14	Работа с учебной документацией по дисциплинам кафедры. Изучение и анализ педагогической работы преподавателей, ведущих учебные дисциплины.	Дневник-отчет
2	Вводный этап – наблюдательная практика (35 часов)				
2.1	Знакомство с режимом работы учреждения, особенностями работы данной организации (учреждения) и его коллектива		4	Оформление сведений о профильной организации в дневнике практики	Информация в отчёте
2.2	Изучение нормативной документации учреждения (Устава	0,1	6		

	организации, Программы развития и т.д.)				
2.3	Изучение опыта работы педагогов образовательной организации, беседы с преподавателями	0,1	6		
2.4	Изучение работы методического кабинета образовательной организации, беседа с методистами		2	Ознакомление с методическим оснащением дисциплин	
2.5	Просмотр проведения практических и семинарских занятий у педагогов	0,4	12	Изучение дидактических возможностей урока	
2.6	Разработка сценария воспитательного мероприятия в процессе проведения учебного занятия		3	Изучение запланированных воспитательных мероприятий, их анализ	Анализ воспитательного мероприятия
2.7	Участие в общественных мероприятиях образовательной организации		2		
3	Основной этап – организация индивидуальной педагогической деятельности (120 часов)				
3.1	Изучение календарно-тематического планирования курса по дисциплинам		6	Разработка календарно-тематического плана изучения одного из разделов предмета	Календарно-тематическое планирование по предмету
3.2	Разработка конспектов и проведение не менее четырёх практических и семинарских занятий с использованием современных методик обучения. Анализ эффективности предложенных методик обучения с использованием определения уровня освоения материала обучающимися.	2,4	52	Посещение учебных занятий (не менее 2-х) у одного преподавателя и студентов-практикантов, их анализ. Разработка поурочных планов и проведение не менее 4-х учебных занятий по дисциплинам кафедр	Дидактический анализ посещенных уроков
3.3	Посещение практических занятий одногруппников и их коллективный анализ.	0,2	10	Обоснование применяемых методик обучения и их анализ.	Сценарные планы уроков/технологическая карта
3.4	Самоанализ проведённых занятий.		4	Проведение самоанализа зачетного урока	Самоанализ урока
3.5	Разработка тестовых заданий по дисциплинам.	0,6	18	Разработка плана-конспекта и проведение воспитательного мероприятия	План-конспект воспитательного мероприятия
3.6	Разработка и представление презентационных материалов по одной дисциплине.	0,8	22	Составление психолого-педагогической характеристики на одного ученика класса	Психолого-педагогическая характеристика ученика
3.7	Рефлексивная оценка результатов практической деятельности		8	Проведение самоанализа результатов педагогической деятельности в период прохождения практики	Самоанализ результатов педагогической деятельности
4	Заключительный этап (26 часов)				
4.1	Подготовка отчетов по резуль-	0,4	14	Оформление дневника-	Дневник-

	татам практики			отчета	отчет
4.2	Оформление методических материалов по итогам практики (рабочие тематические планы, тестовые задания, презентационные материалы).	0,2	10	Оформление приложений к отчету	Методические материалы практики
4.3	Участие в заключительной конференции по итогам производственной (педагогической) практики на факультете.		2	Сдача документов	Дневник-отчет с приложениями

8. Формы отчетности по практике

1. Дневник практики (приложение 1).
2. Отчет по практике (приложение 2)

9. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике

9.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по практике:

1. Выполнение программы практики.
2. Выполнение индивидуальных заданий.
3. Предоставление дневника и отчета по практике в течение 2-х недель после практики на кафедру.
4. Выступление с отчетом на заключительной конференции.

9.2. Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации:

Уровень проявления компетенций			Оценка (в баллах)
Качественный показатель	Количественный показатель (в процентах)*		
высокий	компетенции сформированы полностью	90–100%	отлично
повышенный	частично сформированы основные элементы компетенций	75–89%	хорошо
базовый	частично сформированы отдельные элементы компетенций	60–74%	удовлетворительно
низкий	компетенции не сформированы	0–59%	неудовлетворительно

9.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций		
УК	ОПК	ПК
	ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность в РФ.	ПК-1.1. Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с

	<p>ОПК-1.2. Проектирует пути решения профессиональных задач с учетом правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики.</p> <p>ОПК-1.3. Предлагает способы оптимизации профессиональной деятельности.</p>	<p>особыми потребностями в образовании</p> <p>ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся</p> <p>ПК-1.3. Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов</p> <p>ПК-1.4. Решает профессиональные задачи, связанные с оказанием психолого-педагогической поддержки обучающихся в процессе освоения основных и волнительных образовательных программ</p> <p>ПК-1.5. Разрабатывает и реализует систему профориентационных мероприятий с обучающимися и их родителями</p>
	<p>ОПК-2.1. Обосновывает требования к проектированию основных и дополнительных образовательных программ.</p> <p>ОПК-2.2. Подбирает информационно-коммуникационные технологии для эффективной реализации основных и дополнительных образовательных программ.</p> <p>ОПК-2.3. Разрабатывает научно-методическое обеспечение реализации основных и дополнительных образовательных программ.</p> <p>ОПК-2.4. Проектирует основные образо-</p>	

	<p>вательные программы на основе требований федеральных государственных образовательных стандартов.</p> <p>ОПК-2.5. Разрабатывает программу учебной дисциплины и технологические карты учебных занятий на основе интеграции современных методов и технологий обучения Совместная и индивидуальная учебная и воспитательная деятельность обучающихся</p>	
	<p>ОПК-3.1. Разрабатывает варианты использования в учебном процессе инновационных форм и методов обучения, в том числе выходящих за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты и полевая практики и т.п.</p> <p>ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.3. Проектирует и предлагает рекомендации по созданию ситуаций учебного сотрудничества и взаимодействия обучающихся в целях эффективного решения образовательных задач</p> <p>ОПК-3.4. Проектирует совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся на основе методики преподавания, деятельностного подхода, инновационных технологий, требований федеральных государственных образовательных стандартов</p>	
	<p>ОПК-5.3. Проектирует программы для обучающихся по преодолению трудностей в обучении.</p> <p>ОПК-5.4. Разрабатывает систему контроля и оценки достижений обучающихся в соответствии с планируемыми результатами</p>	

	образовательной деятельности.	
	ОПК-5.5. Предлагает рекомендации по организации мониторинга результатов образования и использованию его результатов для совершенствования образовательного процесса в организации Психолого-педагогические технологии в профессионально й деятельности.	

9.4. Описание оценочных средств

9.4.1. Календарно-тематическое планирование (КТП) на период практики в составе рабочей программы по предмету

Календарно-тематическое планирование представляет собой распределение во времени отдельных тем с учетом количества часов, определенных программой на каждую тему, а также количества недельных часов (определенных учебным планом).

Критерии оценивания (максимально 5 баллов)

Критерий	Индикаторы	Балл
корректность проектирования КТП как часть РП	проведено с учетом нормативных документов федерального, регионального уровня, локального уровня	1 балл
	имеет связь с программами, включенными в структуру ООП ООО	
	указано количество часов в соответствии с содержательными линиями по предмету	
	содержание учебного предмета (названия разделов и тем учебного предмета) совпадает с Программой учебного предмета	
корректность проектирования системы контроля и оценки текущих и итоговых результатов освоения содержания предмета обучающимися в соответствии с планируемыми результатами образовательной деятельности с учетом локальных актов ОО	указаны названия локальных актов	1 балл
	указаны виды контроля и методы контроля	
	система контроля соответствует целям и запланированным результатам освоения предмета	
	виды и методы контроля разнообразны	
корректность проектирования коррекционно-развивающей работы с обучающимися на основе выявленных трудностей в обучении с учетом локальных актов ОО и уровня результатов освоения предмета учащимися	указаны по каждой теме результаты освоения предмета (личностные, метапредметные)	1 балл
	предметные Планируемые результаты изучения учебного предмета конкретизированы по каждой теме с указанием уровня их освоения	
наличие проектов развивающих ситуаций на учебном занятии с учетом возрастных	выбранные основные виды деятельности ученика (на уровне учебных действий) соответствуют результатам освоения предмета	1 балл

психолого-педагогических особенностей обучающихся	домашнее задание носит дифференцированный характер и позволяет осуществить индивидуальный подход	
	указаны соответствующие педагогические технологии, применяемые для достижения запланированных результатов освоения предмета (личностных, метапредметных, предметных)	
наличие перечня «Материально-техническое обеспечения»	обучающие ресурсы выбраны корректно	1 балл
	применение обучающих ресурсов соответствует «Требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях: Сан-ПиН 2.4.2.2821-10 (с изм. на 22 мая 2019 года)»	
ИТОГО:		5 баллов

9.4.2. Технологическая карта учебного занятия

Учебное занятие – это целостный фрагмент учебного процесса, представляющий систему взаимосвязанных элементов: образовательных ситуаций, форм организации взаимодействия участников, образовательной задачи (цели), содержания образования, методов и средств обучения, ограничено рамками времени и осуществляется в рамках определённого первичного объединения (коллектива) обучающихся и педагогов.

Шаблон технологической карты

Учебный предмет	
Группа	
Тема занятия	
Тип занятия	Указывается в соответствии с дидактической направленностью: <ul style="list-style-type: none"> – урок изучения новых знаний, – урок закрепления (комплексного применения знаний и умений), тренировочный урок; – урок актуализации знаний и умений (повторения); – урок систематизации и обобщения знаний и умений (обобщающий), – урок контроля и оценки; – коррекционный урок (работы над ошибками); – комбинированный урок
Форма занятия	урок-практикум, урок-исследование, урок-путешествие, урок-проект и др.
Цель	Создать условия на уроке для организации деятельности, учащихся по изучению (или иные варианты дидактической направленности урока: закреплению, повторению, обобщению, контролю) Далее записывается формулировка темы урока.
Задачи предметные	Содействовать (перечисление конкретных формулировок тех видов деятельности, которые будут предложены учащимся по ходу урока. Например, в области усвоения новых знаний – что должны дети усвоить на уроке, в чём будут упражняться, какие умения будут сформированы или получат дальнейшее развитие и какие воспитательные задачи будут решаться на уроке в соответствии с заданной учебной темой урока).
Межпредметные связи	
Планируемые	1. Личностные результаты – выбираются из программы только те

результаты	формулировки, которые соответствуют содержанию урока 2. Метапредметные результаты – регулятивные – познавательные – коммуникативные
Оборудование на учебном занятии	Перечисление учебных дидактических материалов, которые будут использоваться на занятии, какие наглядные пособия будут использованы, в том числе средства ИКТ
Педагогические технологии	
Ход учебного занятия	

Критерии оценивания (максимально 5 баллов)

Критерий	Индикаторы	Балл
учет требований ФГОС	осуществляется формирование универсальных учебных действий разных видов	1 балл
	используется потенциал различных дисциплин и содержание других дисциплин; применение междисциплинарных и метапредметных подходов носит системный характер и его использование целесообразно	
	присутствуют ценностные ориентиры в реализации воспитательного эффекта урока (в том числе осуществляются поддержка толерантного отношения к различным мнениям и культурным особенностям, а также создание ситуаций для обсуждения и принятия общих ценностей гражданской направленности, поддержка безопасного поведения и формирования культуры здорового образа жизни)	
осуществление целеполагания в рамках взаимодействия с другими участниками образовательного процесса, использования различных способов мотивации	корректно поставлены цели, задачи и сформулированы ожидаемые результаты с учетом индивидуальных запросов и интересов обучающихся; созданы возможности для инклюзивного образования	1 балла
	инструкции и пояснения для выполнения заданий присутствуют; установлены правила и процедуры совместной работы на уроке	
	использованы проблемные ситуации с опорой на интересы и потребности обучающихся (умение сформулировать или вывести на формулировку проблемы, опора на жизненный опыт учеников)	
	осуществляется поддержка образовательной успешности для всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями и ограниченными возможностями	
реализация планирования совместной деятельности на основе деятельностного подходы	применены соответствующие педагогические технологии для организации деятельности обучающихся, обеспечивающие их субъектную позицию	1 балл
	соотнесены применяемые педагогические технологий с планируемыми результатами	
	созданы ситуации для выбора и самоопределения путем использования активных и интерактивных подходов для развития самостоятельности обучающихся (работ в группах, формулирование вопросов и ч. п.), а также возмож-	

	ности для самостоятельной работы и создание ситуаций успеха на уроке	
	осуществляется поддержка личной и групповой ответственности при выполнении заданий	
	применены в том числе формы и методы обучения, выходящие за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты и т.д.	
	подбор средств обучения на основе анализа их развивающего потенциала	
объективное оценивание результатов	достигнуты запланированные метапредметные, личностные, предметные результатов;	1 балл
	вовлечение учащихся в исследовательскую деятельность (выдвижение гипотез, сбор данных, поиск источников информации)	
	объективность и открытость оценивания, связь с целеполаганием; понятность процедуры и критериев оценивания	
	разные способы оценивания и рефлексия; использование процедур самооценивания	
Информационная и языковая грамотность, корректность учебного содержания и использования научного языка (термины, символы, условные обозначения) глубина и широта знаний по теме	материал излагается доступным языком, объёма информации адекватен возрастным особенностям обучающихся и требованиям образовательной программы	1 балл
	демонстрируются прочные навыки с ИКТ, культура поведения в виртуальной среде и визуализация информации, т.е. использование разных источников информации, структурирование информации в разных форматах (текстовом, графическом, электронном и др.)	
ИТОГО:		5 баллов

9.4.3. Самоанализ урока
Критерии оценивания (максимально 5 баллов)

Критерий	Индикаторы	Балл
Качество целей	адекватно определяет уровень готовности к решению профессиональных задач	1 балл
	реализован воспитательный потенциал урока	
	учтено проявление познавательного интереса, активности, оценки хода деятельности и самооценки	
	реализован воспитательный потенциал	
Качество содержания урока и образовательных результатов	соответствие дидактических единиц ФГОС (НОО, ООО, СОО)	1 балл
	соответствие содержания урока его целям	
	образовательные результаты темы соответствуют тем, которые зафиксированным в рабочей программе	
	степень достижения личностных и метапредметных результатов	
Качество методов и технологий обучения	степень достижения предметных результатов	1 балл
	соответствие используемых педагогических технологий целям урока	

	<p>оптимальность доли самостоятельной работы обучающихся на уроке и объёма домашнего задания (См. п. 10.30 «Требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях: СанПиН 2.4.2.2821-10 (с изм. на 22 мая 2019 года)»</p> <p>выбранные методы и технологии свидетельствуют о демонстрации готовности решать задачи, связанные с анализом образовательной деятельности и личностной организованности</p>	
Качество ресурсного обеспечения	<p>достаточность информационно-образовательной среды для достижения целей урока: визуализация информации, т.е. использование разных источников информации, структурирование информации в разных форматах (текстовом, графическом, электронном и др.)</p>	1 балл
	<p>соответствие п. 10.17-10.19, 10.22. «Требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях: СанПиН 2.4.2.2821-10 (с изм. на 22 мая 2019 года)»</p>	
Качество оценивания степени достижения образовательных результатов	<p>спланированы действия по контролю и оценке формирования результатов образования обучающихся и объективному анализу полученных результатов</p>	1 балл
	<p>решение профессиональных задач основано на выявлении трудностей в обучении; спроектирована система коррекционно-развивающей работы с обучающимися</p>	
	<p>используемая система оценивания свидетельствует о владении способами изучения и оценки состояния, результатов и эффективности организации образовательной деятельности обучающихся</p>	
	<p>оценивание производится объективно, прослеживается связь с целеполаганием; процедуры и критерии оценивания понятны</p>	
	<p>использованы разные способы оценивания и рефлексии образовательных результатов; использованы процедуры самооценивания</p>	
	<p>корректно осуществляется анализ и рефлексия результатов своих действий</p>	
ИТОГО:		5 баллов

10. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет, необходимых для проведения практики

а) основная литература:

1. Бурухин С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика / С.Ф.Бурухин-М, Юрайт,2017. -240 с.
2. Байбородова Л.В., Рожков М.И., Чернявская А.П., Харисова И.Г. Теория воспитания и технологии педагогической деятельности (в схемах и таблицах). Ярославль: РИО ЯГПУ, 2016. 190 с.

3. Полат Е.С., Бухаркина М.Ю., Современные педагогические и информационные технологии в системе образования. М.: Академия, 2010, 368 с.
4. Фокин Ю. Г. Теория и технология обучения: Деятельностный подход: учеб. пособие. 3-е изд., испр. М.: Академия, 2008, 241 с.

б) дополнительная литература:

1. Горбачев М.С., Ступина Г.Е. Средства гимнастики на занятиях физической культуры /М.С.Горбачев, Г.Е.Ступина-Ярославль, РИО ЯГПУ, 2016,-51 с
2. Матяш, Н.В. Инновационные педагогические технологии : проектное обучение : учеб. пособие. 3-е изд., стер. М.: Академия, 2014. 160 с. (Высшее образование).
3. Федорова Л.И. Игра: дидактическая, ролевая, деловая. Решение учебных и профессиональных проблем. М.: ИНФРА-М, 2019, 174 с.
4. Якушева С. Д. Основы педагогического мастерства : учеб. пособие. 2-е изд., стер. М.: Академия, 2009. 256 с.

в) ресурсы сети «Интернет»:

1. Электронно-библиотечная система IP Rbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий.
2. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека»<http://elib.gnpbu.ru/>.

11. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных сетей

В процессе организации производственной практики руководителями от выпускающей кафедры и руководителем от предприятия (организации) могут применяться следующие информационные технологии:

- проведение ознакомительных лекций с использованием мультимедийных технологий;
- использование дистанционной технологии при обсуждении материалов учебной практики с руководителем;
- использование мультимедийных технологий при защите практик;
- использование компьютерных технологий и программных продуктов (MSOffice, 1С:Предприятие и др.) необходимых для: систематизации; обработки данных; проведения требуемых программой практики расчетов; оформления отчетности; и т.д.

Информационные технологии

- сбор, хранение, систематизация и представление учебной и научной информации;
- подготовка, конструирование и презентация итогов исследовательской и аналитической деятельности;
- самостоятельный поиск дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных;
- использование электронной почты преподавателей и обучающихся для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем во время прохождения практики.

Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

№ п/п	Название программы/Системы	Описание программы/Системы
	Платформа Moodle	Содержит весь комплекс заданий, необходимых для аттестации по итогам практики.
	Конференция Zoom/Skype	Используется для индивидуальных и групповых консультаций

12. Материально-техническая база, необходимая для проведения практики

Для проведения производственной или учебной практики используется физкультурно-спортивная база факультета физической культуры с действующим перечнем необходимого оборудования и инвентаря

13. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в период практики

Самостоятельная работа обучающихся в период практики составляет 213 часов.

В процессе самостоятельной работы обучающиеся выполняют плановые задания и выставляют их на платформе MOODL.

Представление результатов практики в соответствии с индивидуальным заданием на итоговой конференции.

14. Методические рекомендации

Отчетной документацией по учебной/производственной практике является отчет и дневник студента-практиканта, которые хранятся на кафедре в течение трех лет.

Отчет должен содержать конкретные сведения о работе, выполненной в период практики и отражать результаты выполнения заданий, предусмотренных программой практики и включать текстовый, графический и другой иллюстративный материал.

Рекомендуется следующий порядок размещения материала в отчете:

1. Отчет должен быть оформлен на персональном компьютере на одной стороне листа. Размер бумаги – А 4 (210 x 297 мм). Поля: верхнее и нижнее - до 20 мм, левое – 30 мм, правое – не менее 15 мм. Интервал написания текста – 1,5; выравнивание – по ширине. Отступ в первых строках – 10 мм.

2. Шрифт предпочтительно *Times New Roman*. Размер шрифта: для текста – 12, для названия разделов – 14 полужирный, буквы заглавные; для названия подразделов – 14 полужирный, буквы прописные.

3. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего отчета и обозначаться арабскими цифрами с точкой в конце. Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой.

4. Все страницы отчета нумеруют арабскими цифрами внизу страницы по центру.

5. Сокращения слов, кроме общепринятых, не допускаются.

6. Иллюстрации (таблицы, схемы, заполненные формы (бланки) документов, графики и другой иллюстрированный материал) должны иметь название и соответствующий номер.

7. Список литературы должен содержать перечень источников, использованных при выполнении отчета. Сведения об источниках, включенных в список использованной литературы, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.5-2008.

8. Приложения должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами. Каждое приложение следует начинать с нового листа с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и его порядкового номера (без знака №). Каждое приложение должно иметь тематический заголовок, отражающий содержание данного приложения.

9. В конце отчета указывается дата составления отчета по практике и ставится подпись студента.

По окончании практики отчет и дневник подписываются руководителем практики от организации. Дневник сдается вместе с отчетом о практике, после его регистрации на кафедре, руководителю практики от кафедры.

15. Организация практики на заочном отделении

Требования к организации практики на заочном отделении совпадают с требованиями проведения производственной практики на очном отделении.

16. Особенности организации практики для студентов из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Организация производственной практики для лиц с ограниченными возможностями здоровья производится с учетом состояния их здоровья и медицинскими показаниями, а также требованиями по доступности:

1. Работа студентов, имеющих отклонения в здоровье, ограничивается работой в аудитории.

2. План практики носит упрощенный характер: задания по тематике практики не отличаются от заданий, выполняемых обычными студентами, но объём работы снижен.

3. Студенту даётся индивидуальное задание, которое может быть выполнено с помощью сотрудника кафедры; задания адаптированы под конкретного студента.

4. Предоставление сотрудника кафедры для оказания помощи студенту в прохождении практики.

5. Составление документации, обработка журналов наблюдений может осуществляться без проведения занятий в аудитории (в домашних условиях, дистанционно).

6. Предоставление возможности получения консультации по практике с использованием сети Internet, скайпа, электронной почты, и других информационно-коммуникационных технологий, электронной образовательной среды MOODLE.

7. Студенты с ОВЗ могут принимать дистанционное участие в итоговой конференции.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

Факультет: физической культуры

Кафедра: спортивных дисциплин

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки: Инновационные модели и практики в сфере физической культуры
и спорта

ДНЕВНИК И ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

(Ф.И.О. магистранта)

курс, факультет, форма обучения, группы

вид практики: производственная

тип практики: производственная (педагогическая) практика

способ проведения практики: стационарная

срок проведения практики: с _____ по _____

объем практики: 3 зачетные единицы

место прохождения практики: кафедра спортивных дисциплин ФГБОУ ВО «Ярославский
государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

Итоговая оценка за практику: _____

цифрой

прописью

Руководители практики от ФГБОУ ВО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского:

Должность, ИОФ

МП

Ярославль, 2021

1. ДНЕВНИК ПРАКТИКИ

1.1. КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПРАКТИКАНТУ

1. Перед выездом на практику необходимо:
 - 1.1. Получить на кафедре индивидуальные задания, выполняемые в период практики, выяснить сроки практики.
 - 1.2. Получить на кафедре консультацию и инструктаж по всем вопросам организации практики, в том числе по технике безопасности.
 - 1.3. Составить план прохождения практики с руководителем практики от университета, в котором отражаются следующие мероприятия, например:
 - знакомство с правилами внутреннего распорядка;
 - проведение инструктажа на рабочем месте по соблюдению техники безопасности;
 - прохождение практики в соответствии с программой практики и индивидуальным заданием;
 - подготовка дневника и отчета о прохождении практики.
 - 1.4. Встретиться с руководителем практики от университета и согласовать с ним задания, выполняемые в период практики, и совместный график работы, подписать у него необходимые страницы дневника практики и проставить печати.
2. Обязанности студента в период практики:
 - 2.1. Ежедневно вести дневник в строгом соответствии с программой практики и индивидуальным заданием (отражаются все виды работ и проводимые исследования);
 - 2.2. Представить руководителю практики от университета дневник и другие отчетные документы по практике.

1.2. ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

ОБЯЗАННОСТИ МАГИСТРАНТА НА ПРАКТИКЕ		ОБЯЗАННОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРАКТИКИ
1.	Полностью пройти практику в соответствии с указанными в приказе по университету сроками	<i>Руководитель практики от университета</i>
2.	Выполнить в полном объеме задания, предусмотренные программой практики	1. Обеспечивает организацию образовательной деятельности в форме практической подготовки при реализации компонентов образовательной программы.
3.	Подчиняться действующим в учреждении правилам внутреннего трудового порядка	2. Организует участие обучающихся в выполнении определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью:
4.	Изучить и строго соблюдать правила охраны труда, техники безопасности и производственной санитарии	- составляет рабочий график (план) проведения практики;
5.	Участвовать в научно-исследовательской работе по заданию кафедры	- разрабатывает индивидуальные задания для обучающихся, выполняемые в период практики;
6.	Участвовать в общественной жизни коллектива учреждения	- участвует в распределении обучающихся по рабочим местам и видам работ в организации;
7.	Нести ответственность за выполняемую работу и ее результаты наравне со штатными работниками	- осуществляет контроль соблюдения сроков проведения практики и соответствием ее содержания требованиям, установленным ООП ВО;
8.	Вести дневник, в который записываются сведения указанные в программе практики	- оценивает результаты прохождения практики обучающимися.
9.	Собрать в течение практики материалы, необходимые для написания выпускной квалификационной работы и/или отчета о практике, в соответствии с программой практики, индивидуальным заданием на практику и указаниями руководителей практики от университета	3. Оказывает методическую помощь обучающимся при выполнении определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.
10.	Заверить подписями и печатями дневник практики	
11.	По окончании практики сдать на проверку руководителю практики от университета отчет, дневник, представить собранные материалы для написания выпускной квалификационной работы и своевременно пройти форму аттестации, предусмотренную учебным планом университета.	

		4. Несет ответственность совместно с ответственным работником профильной организации за реализацию компонентов образовательной программы в форме практической подготовки, за жизнь и здоровье обучающихся и работников организации, соблюдение ими правил противопожарной безопасности, правил охраны труда, техники безопасности и санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов.
--	--	---

1.3. ИНСТРУКТАЖ ПО ОХРАНЕ ТРУДА, ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ, ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ, ПРАВИЛАМ ВНУТРЕННЕГО ТРУДОВОГО РАСПОРЯДКА

Характер инструктажа	Дата	Проводивший инструктаж (ФИО, подпись)	Подпись магистранта
<i>Вводный инструктаж</i>			
<i>Повторный инструктаж на рабочем месте</i>			

Руководитель практики от ФГБОУ ВО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского:

Должность, ИОФ

1.4. ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Цели и задачи практики:

1. Овладение необходимыми компетенциями, связанными с решением практических задач в сфере преподавания теоретических дисциплин на факультете физической культуры.
2. Выработка навыков организации и проведения практических и семинарских занятий по теоретическим дисциплинам со студентами бакалавриата.

№ п/п	Содержание деятельности (изученные темы) на практике по этапам (заполняется в соответствии с программой практики, указываются конкретные виды деятельности)	Сроки выполнения	Индивидуальные задания с указанием темы и/или вида работы	Форма представления результата в отчете по практике	Отметка руководителя практики о выполнении задания
1.	<i>Подготовительный (установочный) и вводный этап - часов</i>				
1.1	Распределение магистрантов по профильным дисциплинам практики.				
1.2	Участие в установочной конференции на факультете.			Указания в дневнике практики.	
1.3	Прохождение инструктажа по охране труда и ТБ.			Запись в журнале инструктажа по ТБ	
1.4	Составление плана практики, согласование его с руководителем практики.		Разработка индивидуального	Указания в дневнике производ-	

			плана пед.практик и	ственной практики	
1.5	Согласование индивидуальных заданий по общему плану практики.			Перечень индивидуальных заданий	
1.6	Знакомство с режимом работы кафедры, ведущей практические занятия.		Оформление сведений о структуре и режиме работы профильной кафедры.		
1.7	Изучение нормативной документации, регламентирующей проведение практических и семинарских занятий по дисциплинам.		Работа с учебными планами и рабочими программами дисциплин	Консультации с преподавателями учебных дисциплин	
1.8	Посещение и анализ практических занятий преподавателей по дисциплинам - метрология, ТиМФВ, психология, возрастная анатомия, экономика.		Изучение и анализ педагогической работы преподавателей, ведущих учебные дисциплины		
2.	<i>Основной этап</i> - часов				
2.1	Разработка конспектов и проведение не менее четырёх практических и семинарских занятий с использованием современных методик обучения. Провести анализ эффективности предложенных методик обучения с использованием определения уровня освоения материала студентами.		Разработать рабочие планы семинарских и практических занятий по дисциплинам практики. Проведение занятий с бакалаврами Провести аналитический обзор проведённых занятий.	Представление конспектов практических занятий по дисциплинам кафедры.	
2.2.	Посещение практических занятий, проводимых одноступенчатыми, и их коллективный анализ.		Обоснование применяемых методов и выбор наибо-	Анализ занятий с оценкой их эффективности.	

			лее эффективных форм обучения		
3.	Заключительный этап - часов				
3.1.	Подготовка материалов по результатам практики. Корректировка, правка и оформление учебной документации, а также всех методических материалов по итогам практики (рабочих тематических планов, презентаций, тестовых заданий).		Оформление дневника практики. Подготовка и оформление необходимых приложений к итоговому отчёту.	Дневник и отчёт о прохождении практики.	
3.2.	Участие в заключительной конференции по итогам производственной (педагогической) практики на факультете.		Сдача всего пакета документов по практике.	Представление приложений.	

1.5. ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ ПРАКТИКИ ОТ УНИВЕРСИТЕТА О ВЫПОЛНЕНИИ СТУДЕНТОМ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ

Сведения о магистранте (ФИО, курс обучения, группа)									
Наименование ОП		Педагогическое образование							
Вид практики, тип практики		Производственная (педагогическая) практика-проведение занятий со студентами бакалавриата по профилю							
Оцениваемый блок заданий		Наименование блока заданий							
№ п/п	Шифр компетенции	Название компетенции	Характеристика уровня освоения компетенций студентом по каждому ФОС как структурному компоненту отчета по практике			Итоговая оценка уровня сформированности компетенции			
			ФОС №1	ФОС №2	ФОС №3	в баллах	в %	Характеристика уровня	
			высокий уровень 5 баллов			14–15	93–100	полностью	
			повышенный уровень 4 балла			10–13	67–87	частично	сформированы основные элементы компетенции
			базовый уровень 3 балла			4–9	27–60		
			ниже базового уровня 2 балла			0–3	0–20		
			не проявил(а) 1 балл					не сформирована	
1.	ОПК-1	Способен осуществлять и оптимизировать профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики							
2.	ОПК-2	Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации.							
3.	ОПК-3	Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной							

		деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями						
4.	ОПК-5	Способен разрабатывать программы мониторинга результатов образования обучающихся, разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении						
5.	ПК-1	Способен организовывать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ..						
ИТОГО БАЛЛОВ								

ЗАКЛЮЧЕНИЕ руководителя практики от университета о деятельности студента в период практики

№ п/п	Показатели	Характеристика уровня			
		высокий	средний	низкий	ниже среднего
1.	качество оформления отчетной документации				
2.	своевременность сдачи отчетной документации				
3.	степень самостоятельности при выполнении заданий практики				
ИТОГО БАЛЛОВ:					
ОТМЕТКА:					

Итоговая оценка прохождения практики, выставленная руководителем практики от университета (И_{проф}), определяется через соответствие процента от максимально возможного балла по всему перечню проверяемых компетенций по следующему принципу:

Процент от максимально возможного балла	Итоговая оценка
80-100%	Отлично - 5
35-79%	Хорошо - 4
11-34%	Удовлетворительно - 3
0-10%	Неудовлетворительно - 2

ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА ПО БЛОКУ:

Руководитель практики от ФГБОУ ВО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского:

Должность ИОФ

**1.6. ЗАМЕЧАНИЯ И РЕКОМЕНДАЦИИ РУКОВОДИТЕЛЯ ПРАКТИКИ
СТУДЕНТУ В ПРОЦЕССЕ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ**

№ п/п	Содержание замечаний и рекомендаций	Ф.И.О. и должность ру- ководителя практики

ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

2.1. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

По результатам практики студент составляет индивидуальный письменный отчет по практике. Отчет должен содержать конкретные сведения о работе, выполненной в период практики и отражать результаты выполнения заданий, предусмотренных программой практики и включать текстовый, графический и другой иллюстративный материал.

Рекомендуется следующий порядок размещения материала в отчете:

1. Отчет должен быть оформлен на персональном компьютере на одной стороне листа. Размер бумаги – А 4 (210 x 297 мм). Поля: верхнее и нижнее - до 20 мм, левое – 30 мм, правое – не менее 15 мм. Интервал написания текста – 1,5; выравнивание – по ширине. Отступ в первых строках – 10 мм.
2. Шрифт предпочтительно *Times New Roman*. Размер шрифта: для текста – 12, для названия разделов – 14 полужирный, буквы заглавные; для названия подразделов – 14 полужирный, буквы прописные.
3. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего отчета и обозначаться арабскими цифрами с точкой в конце. Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой.
4. Все страницы отчета нумеруют арабскими цифрами внизу страницы по центру.
5. Сокращения слов, кроме общепринятых, не допускаются.
6. Иллюстрации (таблицы, схемы, заполненные формы (бланки) документов, графики и другой иллюстрированный материал) должны иметь название и соответствующий номер.
7. Список литературы должен содержать перечень источников, использованных при выполнении отчета. Сведения об источниках, включенных в список использованной литературы, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.5-2008.
8. Приложения должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами. Каждое приложение следует начинать с нового листа с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и его порядкового номера (без знака №). Каждое приложение должно иметь тематический заголовок, отражающий содержание данного приложения.
9. В конце отчета указывается дата составления отчета по практике и ставится подпись студента

2.2. СОДЕРЖАНИЕ ОТЧЕТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

(оформляется в соответствии с содержанием графика работы студента на практике, представленном в п 1.4. Дневника практики)

№ п/п	Результаты выполнения индивидуальных заданий	Стр.	Оценка руководителя практики от университета

Итоговая оценка за отчет по практике			

2.3. РЕЗУЛЬТАТЫ ВЫПОЛНЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ

Представление конспектов и рабочих планов проведения учебных занятий по дисциплинам кафедр.

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

(предусмотрен)

2.5. ПРИЛОЖЕНИЯ К ОТЧЁТУ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

(дополнительные, кроме указанных в п.2.3, не предусмотрены)

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Проректор
по организации образовательной деятельности
и обеспечению условий образовательного процесса
_____ В.П. Завойстый
« ____ » _____ 20 ____ г.

Программа производственной практики

Наименование практики:
К.М.03.11 (П) Производственная (научно-исследовательская) практика

Способ проведения практики: стационарная

Форма проведения практики: рассредоточенная

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01. Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры МБОС и ТФВ
к.ф.н.

А.В.Лебедев

Утверждена на заседании кафедры
МБОС и ТФВ

« ____ » _____ 2020 г.

Протокол

Зав. кафедрой, профессор

В.Н.Левин

1. Цели практики

Целью (название вида) практики является:

Освоение студентами базовых методов научно-исследовательской работы в области физиологии и физиологии спорта

2. Задачи практики

Задачами практики являются:

- овладение навыками выполнения научных тестов и проб субъективно;
- овладение навыками проведения научных тестов и проб на группах испытуемых;
- овладение навыками подбора и анализа научной литературы;
- овладение навыками математической обработки результатов тестов;
- овладение навыками подбора контрольных и экспериментальных групп испытуемых по различным критериям;
- овладение навыками статистической обработки результатов экспериментов;
- овладение навыками выработки частных и общих выводов по результатам работы

3. Место практики в структуре образовательной программы (ОП)

Практика включена в обязательную часть ОП (Модуль –предметно-содержательный) в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

4. Место и время проведения производственной научно-исследовательской практики.

Практика проводится на базе кафедр университета

Практика проводится в течение на 1 курсе в 1 и 2 семестрах.

5. Объем производственной научно-исследовательской практики в зачетных единицах и ее продолжительность в неделях и академических часах

Общая трудоемкость практики составляет:

9 зачетных единиц;

324 часа

6. Перечень планируемых результатов прохождения практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Практика направлена на формирование следующих компетенций:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
Универсальные компетенции:			
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующей	УК. 2.2. Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее решения через реализацию проектного управления	Устный ответ
		УК 2.3.Разрабатывает концепцию	Устный от-

	щих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения	вет
		УК 2.4.. Разрабатывает план реализации проекта с учетом возможных рисков реализации и возможностей их устранения, планирует необходимые ресурсы	Устный ответ
		УК 2.5. Осуществляет мониторинг хода реализации проекта, корректирует отклонения, вносит дополнительные изменения в план реализации проекта, уточняет зоны ответственности участников проекта	Устный ответ
		УК 3.1. Вырабатывает стратегию командной работы и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели	Письменный ответ
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК 3.2. Организует и корректирует работу команды, в том числе на основе коллегиальных решений	Устный ответ
		УК 3.3. Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон; создает рабочую атмосферу, позитивный эмоциональный климат в команде	Письменный ответ
		УК 3.4. Делегирует полномочия членам команды и распределяет поручения, дает обратную связь по результатам, принимает ответственность за общий результат	Устный ответ
		УК 5.1. Строит межкультурный диалог с учетом правил межкультурного взаимодействия в повседневной жизни и в профессиональной деятельности: уважение к собеседнику; безценочность суждений; проявление доброжелательности и интереса к собеседнику; недопущение дискриминации; субъектность позиции; открытость и доверие	Письменный ответ
		УК 5.2. Осуществляет надситуативное и конструктивное межкультурное взаимодействие в различных социальных контекстах	Устный ответ
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие	УК 5.3. Отбирает и использует в процессе взаимодействия эффективные и	Письменный ответ

	в обществе в социально-историческом, этическом и философском контекстах	адекватные ситуации способы и средства	
		УК 5.4. Оценивает эффективность процесса межкультурного взаимодействия	Устный ответ
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК 6.1. Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной (в том числе профессиональной) деятельности на основе самооценки	
		УК 6.2. Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков	Устный ответ
		УК 6.3. Выстраивает гибкую профессиональную траекторию с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития	Устный ответ

7. Содержание практики

№ п/п	Содержание деятельности на практике по этапам	Общая трудоемкость		Индивидуальные задания с указанием темы и/или вида работы	Форма представления результата в отчете по практике
		ЗЕТ	Часы		
1	Подготовительный этап (2 часа)				
1.1	Посещение установочной конференции в ВУЗе	1	1	Первичное оформление документов	Устно
1.2	Прохождение вводного инструктажа		0.25	ознакомление	Устно
1.3	Получение методических материалов для прохождения практики		0.25	ознакомление	устно
2	Начальный этап (20 часов)				
2.1.	Ознакомление с методиками тестирования испытуемых в ходе практики	1	10	Анализ методических материалов	Письменно
2.2.	Составление плана работы на практику		5	План	письменно
2.3.	Подбор групп испытуемых для проведения тестирования		5	План	письменно
3	Основной этап (279.5 часа)				
3.1.	Проведение теста	6	25	Протокол с результатами	письменно

	Купера			тестируемых	
3.2	Проведение теста ИФИ (первый вариант)		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.3	Проведение теста ИФИ (второй вариант)		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.4	Проведение теста определения уровня здоровья по Войтенко		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.5	Исследование реакции организма на физическую нагрузку		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.6.	Проведение теста САН		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.7	Контроль уровня тревожности по Спилбергеру		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.8	Определение объема кратковременной слуховой памяти		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.9	Определение типа темперамента		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.10.	Определение мыслительных способностей		25	Протокол с результатами тестируемых	письменно
3.11	Диагностика профессиональных склонностей человека		29.5	Протокол с результатами тестируемых	письменно
Заключительный этап (22.5 часа)					
4.1.	Подготовка отчетной документации	1	16	Отчет по результатам исследования со сравнительным внутригрупповым и межгрупповым анализом по каждой методике тестирования и итоговыми выводами	письменно
4.2.	Выступление с докладом на заключительной конференции		6.5	доклад	устно

8. Формы отчетности по практике

1. Дневник практики (приложение 1).
2. Отчет по практике (приложение 2): ФОС №1 – Дневник практики, ФОС №2 - отчет по практике

9. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике

9.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по практике:

1. Выполнение программы практики.
2. Выполнение индивидуальных заданий.
3. Предоставление дневника и отчета по практике на кафедру в течение 2-3-х дней – для рассредоточенных практик и 1-2-х недель после практики – для непрерывных.

4. Выступление с отчетом на заключительной конференции.

9.2. Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации:

Уровень проявления компетенций		Количественный показатель (в %)	Оценка (в баллах)
Качественный показатель			
высокий	компетенции сформированы полностью	90–100%	отлично
повышенный	частично сформированы основные элементы компетенций	75–89%	хорошо
базовый	частично сформированы отдельные элементы компетенций	60–74%	удовлетворительно
низкий	компетенции не сформированы	0–59%	неудовлетворительно

9.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций
УК
Протокол исследований
УК. 2.2. Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее решения через реализацию проектного управления
УК 2.3. Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения
УК 2.4.. Разрабатывает план реализации проекта с учетом возможных рисков реализации и возможностей их устранения, планирует необходимые ресурсы
УК 2.5. Осуществляет мониторинг хода реализации проекта, корректирует отклонения, вносит дополнительные изменения в план реализации проекта, уточняет зоны ответственности участников проекта
УК 3.1. Выработывает стратегию командной работы и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели
УК 3.2. Организует и корректирует работу команды, в том числе на основе коллегиальных решений
УК 3.3. Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон; создает рабочую атмосферу, позитивный эмоциональный климат в команде
УК 3.4. Делегирует полномочия членам команды и распределяет поручения, дает обратную связь по результатам, принимает ответственность за общий результат
Аналитико-синтетический комплекс выводов по исследованию
УК. 2.2. Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее решения через реализацию проектного управления
УК 2.3. Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения
УК 2.4.. Разрабатывает план реализации проекта с учетом возможных рисков реализации и возможностей их устранения, планирует необходимые ресурсы
УК 5.3. Отбирает и использует в процессе взаимодействия эффективные и адекватные ситуации способы и средства
Выступление на итоговой конференции по практике
УК. 2.2. Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее

решения через реализацию проектного управления
УК 2.3. Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения
УК 2.4.. Разрабатывает план реализации проекта с учетом возможных рисков реализации и возможностей их устранения, планирует необходимые ресурсы
УК 2.5. Осуществляет мониторинг хода реализации проекта, корректирует отклонения, вносит дополнительные изменения в план реализации проекта, уточняет зоны ответственности участников проекта
УК 6.2. Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков
УК 6.3. Выстраивает гибкую профессиональную траекторию с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития

9.4. Описание оценочных средств

9.4.1. Протокол исследований

Протокол исследований является составной частью дневника практики, где описывается название эксперимента (теста), методика его проведения, необходимое материально-техническое обеспечение, состав экспериментальных и контрольных групп, подобранных по предложенным критериям, необходимые расчеты, результаты, полученные для каждого испытуемого в ходе эксперимента (теста), графический анализ результатов, предварительные выводы и итоги теста.

Структура протокола исследования:

- наименование теста
- цель выполнения теста
- материально-техническое обеспечение
- ход исполнения теста
- состав экспериментальной группы
- состав контрольной группы
- таблицы с расчетами
- таблицы с результатами теста
- статистическая обработка результатов
- графический анализ теста
- предварительные выводы.

Критерии оценивания ОС

Критерий	Индикаторы	Балл
Соответствие оформления предъявляемым требованиям	Наличие и корректное изложение всех методик, предложенных для изучения, цели, задач, актуальности эксперимента	5 баллов
Корректность проектирования реализации научного эксперимента	Правильность подготовки и проведения методик	5 баллов
Корректность проектирования состава контрольной группы	Состав группы подобран в соответствии с требованиями эксперимента и ожидаемой новизной результатов	5 баллов
Корректность проектирования состава экспериментальной группы	Состав группы подобран в соответствии с требованиями эксперимента и ожидаемой новизной результатов	5 баллов

Корректность проектирования осуществляемой методики	Правильность выполнения эксперимента или теста	5 баллов
Корректность проведения расчетов	Правильность расчетов и их сопоставимость в группах	5 баллов
Наличие перечня «оборудование»	Оборудование для эксперимента выбрано правильно	5 баллов
	Оборудование для эксперимента использовано правильно	
ИТОГО:		35

9.4.2. Аналитико-синтетический комплекс выводов по исследованию

Аналитико-синтетический комплекс (ААКВ) выводов по исследованию представляет собой итоговый анализ проведенной научно-исследовательской работы. В нем анализируются и обрабатываются и сравниваются полученные данные по конкретному исследованию, а также между различными тестами. Делаются выводы о репрезентативности выбранных экспериментальных групп, чистоте выполнения методик, приводятся соответствующие таблицы и графики. Делаются частные и общие выводы, резюмируется заключение экспериментатора по проведенной работе. ААКВ содержит следующие позиции:

- частные выводы по каждой методике
- выводы по качеству подбора экспериментальных групп
- выводы по качеству подбора контрольных групп
- выводы по статистической обработке материалов исследований
- сравнительные выводы по результатам, полученным контрольными группами
- сравнительные выводы по результатам, полученным экспериментальными группами
- общие выводы по исследованию.
- резюмирующая записка по результатам исследования

Критерии оценивания ОС

Критерий	Индикаторы	Балл
Корректность выбора задач при достижении цели подготовки комплекса выводов	Корректность и полнота приведенных выводов и умозаключений	5 баллов
Корректность способов изложения частных выводов	Полнота и корректность обработки информации лежащей в основе частных выводов	5 баллов
Корректность способов изложения общих выводов	Полнота и корректность обработки информации лежащей в основе общих выводов	5 баллов
ИТОГО:		15

9.4.3. Выступление на итоговой конференции по практике

Выступление на итоговой конференции представляет собой устный доклад магистранта по раскрывающий результаты и итоги его научно-исследовательской работы. Он соержит следующие части:

- вступительная часть с краткой характеристикой подобранных экспериментальных и контрольных групп
- особенности проведения методик
- особенности проведения статистической обработки
- результаты научно-исследовательской работы, их новизна и научная ценность.

Критерии оценивания ОС

Критерий	Индикаторы	Балл
Корректность формирования проекта доклада	Соответствие доклада полученным экспериментальным данным	5 баллов
Корректность мониторинга хода составления текста доклада	Правильное логическое построение доклада	5 баллов
Корректность возможности развития профессиональных компетенций	Новизна полученных данных	10 баллов
Корректность реализации выступления	Лаконичность доклада, изложение доклада с применением соответствующих научных терминов	5 баллов
ИТОГО:		25

10. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет, необходимых для проведения практики

а) основная литература:

1. Караулова Л.К. Физиология физического воспитания и спорта : учебник для студентов вузов – М.:Издательский центр «Академия»,2012. – 304 с.
2. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник.- М.: «Советский спорт».- 2003.- 480.
3. Дубровский В.И. Физиология спорта.- М.: Владос.- учеб. для вузов.- 2005.

б) дополнительная литература

1. Фомин Н.А. Физиология человека. М.,1982.
2. Физиология человека/Под ред. Н.В.Зимкина.М.,1970.
3. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. М.,1991.
4. Анохин П.К. Очерки физиологии функциональных систем. М.,1975.
5. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. М.,1966.
6. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. М.,1991.
7. Руководство по физиологии: Физиология мышечной деятельности, труда и спорта. Л.,1969.
8. Спортивная физиология/Под ред. Я.М.Коца.М.,1986.
9. Фарфель В.С. Физиология спорта.М.,1960.
10. Физиология мышечной деятельности/Под ред.Я.М.Коца.М.,1982.
11. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта.М.,1980.

в) ресурсы сети «Интернет»:

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks – полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>).
2. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» <http://elib.gnpbu.ru/>.
3. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» – полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (www.biblio-online.ru).
4. Портал: ru.wikipedia
5. Портал: humbio.com

11. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных сетей

В процессе организации учебной практики применяются следующие информационные технологии:

- проведение вводной конференции с использованием мультимедийных технологий;
- использование дистанционной технологии при обсуждении материалов учебной практики с руководителем;
- использование мультимедийных технологий при защите практик;
- использование компьютерных технологий и программных продуктов, необходимых для: систематизации; обработки данных; проведения требуемых программой практики расчетов; оформления отчетности и т.д.

Информационные технологии

- сбор, хранение, систематизация и представление учебной и научной информации;
- подготовка, конструирование и презентация итогов исследовательской и аналитической деятельности;
- самостоятельный поиск дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных;
- использование электронной почты преподавателей и обучающихся для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем во время прохождения практики.

Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

№ п/п	Название программы/Системы	Описание программы/Системы
1	Платформа Moodle	Содержит весь комплекс заданий, необходимых для аттестации по итогам практики
2	Конференция Zoom / Skype	Используется для индивидуальных и групповых видеоконсультаций
3	Портал Sportwiki	Содержит обширный банк данных по всем разделам спортивной физиологии, медицины и нормальной физиологии

12. Материально-техническая база, необходимая для проведения практики.

- Имеется специализированный кабинет физиологии и спортивной физиологии, оснащенный необходимым оборудованием:

1

1. Установка с мультимедийным проектором для показа презентаций.
2. Велоэргометры – шт.
3. Электрокардиографы – 2 шт.
4. Spiroграф – 1 шт.
5. Прибор для измерения оксигенации тканей 1 шт.
6. Мониторы сердечного ритма типа Полар – 4 шт.
7. Ступени с регулируемой высотой для тестирования – 2 шт.

13. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в период практики

Самостоятельная работа обучающихся в период практики составляет 319.5 часов.

В процессе самостоятельной работы обучающиеся должны ознакомиться и изучить предлагаемые методики физиологических тестов по контролю различных параметров, пи

необходимости изучить литературные данные, произвести субъективные наблюдения выполнив эти тесты на себе, подобрать контрольные и экспериментальные группы испытуемых по заданным критериям, провести серии контрольных физиологических тестов, рассчитать и статистически обработать результаты, оформить их в виде соответствующих таблиц в дневнике. выполнить частные и общие выводы по каждому тесту и по итогам практики в целом.

Примерный перечень контрольных вопросов и заданий для проведения текущей аттестации по разделам (этапам) практики, осваиваемым обучающимся самостоятельно.

1. Методы самоконтроля физиологических параметров организма.
2. Критерии и способы подбора контрольных групп испытуемых
3. Критерии и способы подбора экспериментальных групп испытуемых
4. Наиболее распространенные и легко выполнимые тесты для анализа состояния организма
5. Методика экспресс - теста оценки уровня соматического здоровья
6. Методика проведения теста САН
7. Методика контроля уровня тревожности по Спилбергеру
8. Методика определения объема кратковременной слуховой памяти
9. Методика определение типа темперамента
10. Методика определение мыслительных способностей
11. Методика диагностики профессиональных склонностей человека
12. Основные методы статистической обработки результатов исследований

Представление результатов практики в соответствии с индивидуальным заданием на итоговой конференции.

14. Методические рекомендации

Отчетной документацией по учебной/производственной практике является отчет и дневник студента-практиканта, которые хранятся на кафедре в течение трех лет.

Отчет должен содержать конкретные сведения о работе, выполненной в период практики и отражать результаты выполнения заданий, предусмотренных программой практики и включать текстовый, графический и другой иллюстративный материал.

Рекомендуется следующий порядок размещения материала в отчете:

1. Отчет должен быть оформлен на персональном компьютере на одной стороне листа. Размер бумаги – А 4 (210 x 297 мм). Поля: верхнее и нижнее - до 20 мм, левое – 30 мм, правое – не менее 15 мм. Интервал написания текста – 1,5; выравнивание – по ширине. Отступ в первых строках – 10 мм.
2. Шрифт предпочтительно *Times New Roman*. Размер шрифта: для текста – 12, для названия разделов – 14 полужирный, буквы заглавные; для названия подразделов – 14 полужирный, буквы прописные.
3. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего отчета и обозначаться арабскими цифрами с точкой в конце. Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой.
4. Все страницы отчета нумеруют арабскими цифрами внизу страницы по центру.
5. Сокращения слов, кроме общепринятых, не допускаются.
6. Иллюстрации (таблицы, схемы, заполненные формы (бланки) документов, графики и другой иллюстрированный материал) должны иметь название и соответствующий номер.
7. Список литературы должен содержать перечень источников, использованных при выполнении отчета. Сведения об источниках, включенных в список использованной литературы, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.5-2008.
8. Приложения должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами. Каждое приложение следует начинать с нового листа с указанием в правом верхнем углу слова

«Приложение» и его порядкового номера (без знака №). Каждое приложение должно иметь тематический заголовок, отражающий содержание данного приложения.

9. В конце отчета указывается дата составления отчета по практике и ставится подпись студента.

По окончании практики отчет и дневник подписываются руководителем практики от организации. Дневник сдается вместе с отчетом о практике, после его регистрации на кафедре, руководителю практики от кафедры.

15. Организация практики на заочном отделении

Требования к организации практики на заочном отделении совпадают с требованиями на очном отделении.

16. Особенности организации практики для студентов из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Организация учебной практики для лиц с ограниченными возможностями здоровья производится с учетом состояния их здоровья и медицинскими показаниями, а также требованиями по доступности:

1. Работа студентов, имеющих отклонения в здоровье, ограничивается работой в аудитории или в домашних условиях.

2. План практики носит упрощенный характер: задания по тематике практики не отличаются от заданий, выполняемых обычными студентами, но объём работы снижен.

3. Студенту даётся индивидуальное задание, которое может быть выполнено с помощью сотрудника кафедры; задания адаптированы под конкретного студента.

4. Предоставление сотрудника кафедры для оказания помощи студенту в прохождении практики.

5. Составление документации, обработка журналов наблюдений может осуществляться без проведения занятий в аудитории (в домашних условиях, дистанционно).

6. Предоставление возможности получения консультации по практике с использованием сети Internet, скайпа, конференции Zoom, электронной почты, и других информационно-коммуникационных технологий, электронной образовательной среды MOODLE.

7. Студенты с ОВЗ могут принимать дистанционное участие в итоговой конференции.

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет
им. К.Д. Ушинского»

Факультет ФФК

Кафедра МБОС и ТФК

Направление подготовки: 44.04.01. Педагогическое образование

Профиль подготовки: «Инновационные модели и практики в сфере физической культуры и спорта»

ДНЕВНИК И ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

_____ (Ф.И.О. студента)

_____ курса, _____ факультета, _____ формы обучения, _____ группы

вид практики: производственная

тип практики: Педагогическая

способ проведения практики: стационарная (выездная)

срок проведения практики: с «__» _____ 20__ г. по «__» _____ 20__ г.

объем практики: 9 зачетных единиц

место прохождения практики: _____

юридический адрес места прохождения практики:

договор с профильной организацией: № _____ от «__» _____ 20__ г.

Итоговая оценка за практику: _____

цифрой

прописью

Руководитель практики от ФГБОУ ВО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского

_____ (ученая степень, звание, должность)

МП

_____ (подпись)

_____ (И.О. Фамилия)

Ярославль – 20__

1. ДНЕВНИК ПРАКТИКИ

1.1. НАПРАВЛЕНИЕ НА ПРАКТИКУ № _____

ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет
им. К.Д. Ушинского» (ЯГПУ, университет)

« ____ » _____ 20__ г.

Выдано студенту _____
(фамилия, имя, отчество)

_____ факультета, _____ курса, _____ группы, обучающемуся по

_____ (указать направление подготовки, профиль (профили) подготовки)
направленному в профильную организацию (далее – организацию)

_____ (пункт назначения)
для прохождения практики

_____ (указать вид практики)

_____ (указать тип практики)

срок проведения практики « ____ » _____ 20__ г. по « ____ » _____ 20__ г.

Основание: Приказ № _____ от « ____ » _____ 20__ г.

Студент обязан представить *дневник практики и отчет о прохождении практики, собранный материал для написания выпускной квалификационной работы* до « ____ » _____ 20__ г. и получить зачет с оценкой по практике в соответствии с требованиями формы аттестации результатов практики, установленными учебным планом до « ____ » _____ 20__ г.

Руководитель практики от университета:

_____ МП _____
(должность) (печать) (подпись) (И.О. Фамилия)

1.2. ОТМЕТКИ О ПРИБЫТИИ И ВЫБЫТИИ В ПРОФИЛЬНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ:

Убыл из университета
« ____ » _____ 20__ г.
Печать Подпись

Прибыл в _____
« ____ » _____ 20__ г.
Печать Подпись

Убыл из _____
« ____ » _____ 20__ г.
Печать Подпись

Прибыл в университет
« ____ » _____ 20__ г.
Печать Подпись

1.3. КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ СТУДЕНТУ-ПРАКТИКАНТУ

1. Перед выездом на практику необходимо:
 - 1.1. Получить на кафедре индивидуальные задания, выполняемые в период практики, выяснить сроки практики.
 - 1.2. Получить на кафедре консультацию и инструктаж по всем вопросам организации практики, в том числе по технике безопасности.
 - 1.3. Составить совместный график прохождения практики с руководителем практики от университета, в котором отражаются следующие мероприятия, например:
 - знакомство со структурой организации и правилами внутреннего распорядка;
 - проведение повторного инструктажа на рабочем месте по соблюдению техники безопасности;
 - прохождение практики в соответствии с программой практики и индивидуальным заданием;
 - подготовка дневника о прохождении практики.
 - 1.4. Встретиться с руководителем практики от университета и согласовать с ним задания, выполняемые в период практики, и совместный график работы, подписать у него необходимые страницы дневника практики и проставить печати.
2. Прибыв на место практики, студент-практикант обязан:
 - 2.1. Ознакомиться с правилами внутреннего распорядка и техникой безопасности в организации и неуклонно их выполнять.
 - 2.2. Встретиться с руководителем практики от профильной организации и согласовать с ним задания, выполняемые в период практики, и совместный график работы, подписать у него необходимые страницы дневника практики и проставить печати.
3. Обязанности студента в период практики:
 - 3.1. Ежедневно вести дневник в строгом соответствии с программой практики и индивидуальным заданием (отражаются все виды работ и проводимые исследования);
 - 3.2. Дневник должен быть полностью закончен на месте практики и там же представлен для отзыва о работе студента руководителю практики от профильной организации.
4. Возвратившись с практики, студент-практикант обязан:

Представить руководителю практики от университета дневник и другие отчетные документы по практике.

1.4. ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

ОБЯЗАННОСТИ СТУДЕНТА НА ПРАКТИКЕ		ОБЯЗАННОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРАКТИКИ	
1.	Полностью пройти практику в соответствии с указанными в приказе по Университету сроками.	<i>Руководитель практики от университета</i>	<i>Руководитель практики от профильной организации</i>
2.	Выполнить в полном объеме задания, предусмотренные программой практики	1. Составляет рабочий график (план) проведения практики; 2. Разрабатывает индивидуальные задания для обучающихся, выполняемые в период практики; 3. Участвует в распределении обучающихся по рабочим местам и видам работ в организации; 4. Осуществляет контроль соблюдения сроков проведения практики и соответствием ее содержания	1. Согласовывает индивидуальные задания, содержание и планируемые результаты практики; 2. Предоставляет рабочие места обучающимся; 3. Обеспечивает безопасные условия прохождения практики обучающимся, отвечающие санитарным правилам и требованиям охраны труда; 4. Проводит инструктаж обучающихся по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожар-
3.	Подчиняться действующим на предприятии, в учреждении, организации правилам внутреннего трудового порядка		
4.	Изучить и строго соблюдать правила охраны труда, техники безопасности и производственной санитарии		
5.	Участвовать в научно-исследовательской работе по заданию кафедры		
6.	Участвовать в общественной жизни коллектива предприятия, организации, учреждения		
7.	Нести ответственность за выполняемую работу и ее результаты наравне со штатными работниками		
8.	Вести дневник, в который записываются сведения указанные в программе практики		

9.	Собрать в течение практики материалы, необходимые для написания выпускной квалификационной работы и/или отчета о практике, в соответствии с программой практики, индивидуальным заданием на практику и указаниями руководителей практики от ЯГПУ и от профильной организации	требованиям, установленным ООП ВО; 5. Оказывает методическую помощь обучающимся при выполнении ими индивидуальных заданий, а также при сборе материалов к выпускной квалификационной работе в ходе преддипломной практики; 6. Оценивает результаты прохождения практики обучающимися. При проведении практики в профильной организации руководителем практики от ЯГПУ и руководителем практики от профильной организации составляется совместный рабочий график (план) проведения практики	ной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка.
10.	Заверить подписями и печатями дневник практики, получить заверенную подписью и печатью характеристику		
11.	По окончании практики и по прибытии в ЯГПУ сдать на проверку руководителю практики от ЯГПУ отчет, дневник, характеристику, представить собранные материалы для написания выпускной квалификационной работы и своевременно пройти форму аттестации, предусмотренную учебным планом и ФГОС ВО.		

1.5. ИНСТРУКТАЖ ПО ОХРАНЕ ТРУДА, ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ, ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ, ПРАВИЛАМ ВНУТРЕННЕГО ТРУДОВОГО РАСПОРЯДКА

Характер инструктажа	Дата	Кто проводил инструктаж (ФИО, подпись)	Подпись студента
<i>Водный инструктаж</i>			
<i>Повторный инструктаж на рабочем месте</i>			

Руководитель практики от университета: _____ Руководитель практики от организации: _____
 (ФИО, подпись) (ФИО, подпись)

 (Должность) (Должность)

1.6. СОВМЕСТНЫЙ РАБОЧИЙ ГРАФИК (ПЛАН) ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ С УКАЗАНИЕМ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗАДАНИЯ

для студента: _____

(И.О. Фамилия)

Цели и задачи практики (заполняется в соответствии с программой практики):

- 1) закрепление теоретических знаний и практических умений, полученных в процессе изучения дисциплин «Педагогика», «Психология», «Психология общения», «Методика воспитания и обучения» и прохождения учебной практики;
- 2) освоение профессиональных умений деятельности учителя-предметника;
- 3) приобретение опыта преподавательской деятельности в ходе подготовки, проведения и анализа уроков;

- 4) проведение исследовательской (опытной или экспериментальной) работы по проблеме ВКР;
- 5) приобретение опыта взаимодействия с участниками педагогического процесса и социальными партнерами образовательного учреждения.

№ п/п	Содержание деятельности студента на практике по этапам (заполняется в соответствии с программой практики, указываются конкретные виды деятельности)	Сроки выполнения	Индивидуальные задания с указанием темы и/или вида работы	Форма представления результата в отчете по практике	Отметка руководителя практики от организации о выполнении задания
1.	<i>Подготовительный этап</i>				
1.1.	Посещение установочной конференции в ВУЗе		Первичное оформление документов	присутствие	
1.2.	Прохождение вводного инструктажа		ознакомление	устная	
1.3.	Получение методических материалов для прохождения практики		ознакомление	устная	
2.	<i>Начальный этап</i>				
2.1.	Ознакомление с методиками тестирования испытуемых в ходе практики		Анализ методических материалов	устно	
2.2.	Составление плана работы на практику		План	письменно	
2.3.	Подбор групп испытуемых для проведения тестирования		План	письменно	
3.	<i>Основной (экспериментальный) этап</i>				
3.1.	Проведение теста Купера		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.2.	Проведение теста ИФИ (первый вариант)		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.3.	Проведение теста ИФИ (второй вариант)		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.4.	Проведение теста определения уровня здоровья по Войтенко		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.5.	Исследование реакции организма на физическую нагрузку		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.6.	Проведение экспресс - теста оценки уровня соматического здоровья		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.7.	Проведение теста САН		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.8.	Контроль уровня тревожности по Спилбергеру		Протокол с результатами тестируемых	письменно	

3.9	Определение объема кратковременной слуховой памяти		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.10	Определение типа темперамента		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.11	Определение мыслительных способностей		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
3.12	Диагностика профессиональных склонностей человека		Протокол с результатами тестируемых	письменно	
4.	<i>Заключительный этап</i>				
4.1.	Подготовка отчетной документации		Отчет по результатам исследования со сравнительным внутригрупповым и межгрупповым анализом по каждой методике тестирования и итоговыми выводами	письменно	
4.2.	Выступление с докладом на заключительной конференции		доклад	устно	

Руководитель практики от университета:

_____ МП _____
 (должность) (место печати) (подпись) (И.О. Фамилия)

«Согласовано» -

Руководитель практики от организации:

_____ МП _____
 (должность) (место печати) (подпись) (И.О. Фамилия)

1.7. ХАРАКТЕРИСТИКА РЕЗУЛЬТАТОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА В ПЕРИОД ПРАКТИКИ
(заполняется руководителем практики от организации с учетом уровня сформированности компетенций)

Сведения о студенте (ФИО, курс обучения, группа)								
Наименование ОП		44.03.01 Педагогическое образование (профиль «Физкультурное образование»)						
Вид практики, тип практики		Педагогическая, производственная						
N п/п	Шифр компетенции	Название компетенции	Характеристика уровня освоения компетенций студентом по каждому ФОС как структурному компоненту Отчета по практике		Итоговая оценка уровня сформированности компетенции			
			ФОС №1. Дневник практики	ФОС №2. Отчет по практике	<i>в кол-ве баллов</i>	<i>в %</i>	<i>характеристика уровня</i>	
					4	100	полностью	
			повышенный уровень <i>2 балла</i>		2-3	66-83	частично	сформированы основные элементы компетенции
			базовый уровень <i>1 балл</i>		1	33-50		сформированы отдельные элементы компетенции
не проявил(а) <i>0 баллов</i>		0	0 – 16	не сформирована				
1.	УК-2.2	Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее решения через реализацию проектного управления						
2.	УК-2.3	Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения						
3.	УК-2.4	Разрабатывает план реализации проекта с учетом возможных рисков реализации и возможностей их устранения, планирует необходимые ресурсы						
4.	УК-2.5	Осуществляет мониторинг хода реализации проекта, корректирует отклонения, вносит дополнительные изменения в план реализации проекта, уточняет зоны ответственности участников проекта						
5.	УК-3.1	Вырабатывает стратегию командной рабо-						

		ты и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели				
6.	УК-3.2	Организует и корректирует работу команды, в том числе на основе коллегиальных решений				
7.	УК-3.3	Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон; создает рабочую атмосферу, позитивный эмоциональный климат в команде				
8.	УК-3.4	Делегирует полномочия членам команды и распределяет поручения, дает обратную связь по результатам, принимает ответственность за общий результат				
9.	УК-5.1	Строит межкультурный диалог с учетом правил межкультурного взаимодействия в повседневной жизни и в профессиональной деятельности: уважение к собеседнику; безоценочность суждений; проявление доброжелательности и интереса к собеседнику; недопущение дискриминации; субъектность позиции; открытость и доверие				
10.	УК-5.2	Осуществляет надситуативное и конструктивное межкультурное взаимодействие в различных социальных контекстах				
11.	УК-5.3	Отбирает и использует в процессе взаимодействия эффективные и адекватные ситуации способы и средства				
12.	УК-5.4	Оценивает эффективность процесса межкультурного взаимодействия				
13.	УК-6.1	Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной (в том числе профессиональной) деятельности на основе самооценки				
14.	УК-6.2	Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков				

15.	УК-6.3	Выстраивает гибкую профессиональную траекторию с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития				
-----	---------------	--	--	--	--	--

ЗАКЛЮЧЕНИЕ руководителя практики от профильной организации о работе студента

№ п/п	Показатели	характеристика уровня			
		высокий	средний	низкий	ниже среднего
1.	уровень подготовленности к прохождению практики				
2.	оценка трудовой дисциплины				
3.	степень самостоятельности при выполнении заданий практики				
4.	умение эффективно решать профессиональные задачи				
ИТОГО БАЛЛОВ:					
ОТМЕТКА:					

Руководитель практики от организации _____ (_____)

М.П.

подпись

расшифровка

1.8. ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ ПРАКТИКИ ОТ УНИВЕРСИТЕТА О ВЫПОЛНЕНИИ СТУДЕНТОМ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ

Сведения о студенте (ФИО, курс обучения, группа)								
Наименование ОП		44.03.01 Педагогическое образование (профиль «Физкультурное образование»)						
Вид практики, тип практики		Педагогическая, производственная						
N п/п	Название компетенции	Характеристика уровня освоения компетенций студентом по каждому ФОС как структурному компоненту Отчета по практике	Итоговая оценка уровня сформированности компетенции					
			ФОС №1. Дневник практики	ФОС №2. Отчет по практике	в кол-ве баллов	в %	характеристика уровня	
					4	100		полностью
			повышенный уровень 2 балла		2-3	66-83	ча- сти чно	сформированы основные элементы компетенции
			базовый уровень 1 балл		1	33-50		сформированы отдельные элементы компетенции
не проявил(а) 0 баллов		0	0 – 16	не сформирована				
1.	УК-2.2	Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее решения через реализацию проектного управления						
2.	УК-2.3	Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения						
3.	УК-2.4	Разрабатывает план реализации проекта с учетом возможных рисков реализации и возможностей их устранения, планирует необходимые ресурсы						
4.	УК-2.5	Осуществляет мониторинг хода реализации проекта, корректирует отклонения, вносит дополнительные изменения в план реализации проекта, уточняет зоны ответственности участников проекта						
5.	УК-3.1	Вырабатывает стратегию командной работы и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной						

		цели				
6.	УК-3.2	Организует и корректирует работу команды, в том числе на основе коллегиальных решений				
7.	УК-3.3	Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон; создает рабочую атмосферу, позитивный эмоциональный климат в команде				
8.	УК-3.4	Делегирует полномочия членам команды и распределяет поручения, дает обратную связь по результатам, принимает ответственность за общий результат				
9.	УК-5.1	Строит межкультурный диалог с учетом правил межкультурного взаимодействия в повседневной жизни и в профессиональной деятельности: уважение к собеседнику; безоценочность суждений; проявление доброжелательности и интереса к собеседнику; недопущение дискриминации; субъектность позиции; открытость и доверие				
10.	УК-5.2	Осуществляет надситуативное и конструктивное межкультурное взаимодействие в различных социальных контекстах				
11.	УК-5.3	Отбирает и использует в процессе взаимодействия эффективные и адекватные ситуации способы и средства				
12.	УК-5.4	Оценивает эффективность процесса межкультурного взаимодействия				
13.	УК-6.1	Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной (в том числе профессиональной) деятельности на основе самооценки				
14.	УК-6.2	Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков				
15.	УК-6.3	Выстраивает гибкую профессиональную траекторию с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамич-				

	но изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития				
--	---	--	--	--	--

ЗАКЛЮЧЕНИЕ руководителя практики от университета о деятельности студента в период практики

№ п/п	Показатели	характеристика уровня			
		высокий	средний	низкий	ниже среднего
1.	качество оформления отчетной документации				
2.	своевременность сдачи отчетной документации				
3.	степень самостоятельности при выполнении заданий практики				
ИТОГО БАЛЛОВ:					
ОТМЕТКА:					

ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА ЗА ПРАКТИКУ: _____
Руководитель практики от университета _____ (_____)
М.П. *подпись* *расшифровка*

1.9. ЗАМЕЧАНИЯ И РЕКОМЕНДАЦИИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРАКТИКИ СТУДЕНТУ В ПРОЦЕССЕ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

№ п/п	Содержание замечаний и рекомендаций	Ф.И.О. и должность руководителя прак- тики

2. ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

2.1. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

По результатам практики студент составляет индивидуальный письменный отчет по практике. Отчет должен содержать конкретные сведения о работе, выполненной в период практики и отражать результаты выполнения заданий, предусмотренных программой практики и включать текстовый, графический и другой иллюстративный материал.

Рекомендуется следующий порядок размещения материала в отчете:

1. Отчет должен быть оформлен на персональном компьютере на одной стороне листа. Размер бумаги – А 4 (210 x 297 мм). Поля: верхнее и нижнее - до 20 мм, левое – 30 мм, правое – не менее 15 мм. Интервал написания текста – 1,5; выравнивание – по ширине. Отступ в первых строках – 10 мм.
2. Шрифт предпочтительно *Times New Roman*. Размер шрифта: для текста – 12, для названия разделов – 14 полужирный, буквы заглавные; для названия подразделов – 14 полужирный, буквы прописные.
3. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего отчета и обозначаться арабскими цифрами с точкой в конце. Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой.
4. Все страницы отчета нумеруют арабскими цифрами внизу страницы по центру.
5. Сокращения слов, кроме общепринятых, не допускаются.
6. Иллюстрации (таблицы, схемы, заполненные формы (бланки) документов, графики и другой иллюстрированный материал) должны иметь название и соответствующий номер.
7. Список литературы должен содержать перечень источников, использованных при выполнении отчета. Сведения об источниках, включенных в список использованной литературы, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.5-2008.
8. Приложения должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами. Каждое приложение следует начинать с нового листа с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и его порядкового номера (без знака №). Каждое приложение должно иметь тематический заголовок, отражающий содержание данного приложения.
9. В конце отчета указывается дата составления отчета по практике и ставится подпись студента

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Проректор
по организации образовательной деятельности
и обеспечению условий образовательного процесса
_____ В.П. Завойстый
« ____ » _____ 20 ____ г.

Программа производственной практики

Наименование практики:

К.М.03.12 (П) Производственная (технологическая)
практика

Способ проведения практики: стационарная

Форма проведения практики: рассредоточенная

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01 Педагогическое образование-
(профиль «Технологии спортивной подготовки»)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики: _____ доц. каф. спорт. дисциплин,
к.п.н. Г.Е. Ступина

Утверждена на заседании кафедры

наименование кафедры

_____ 20 ____ г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой

С.Ф. Бурухин

1. Цели практики

Целью производственной (научно-исследовательской) практики является: выработка навыков научно-исследовательской и аналитической деятельности; реализация знаний о теории, методике, целях, принципах, формах и направлениях научно-исследовательской деятельности в сфере физической культуры.

2. Задачи практики

Задачами практики являются:

- закрепление основ теоретических знаний и практических навыков проведения исследований;
- усвоение приемов, методов и способов работы с источниками и литературой;
- отработка правил оформления научного аппарата и публикаций;
- стимулирование навыков самостоятельной аналитической работы;
- презентация результатов первичных научных исследований.

3. Место практики в структуре образовательной программы (ОП)

Практика включена в обязательную часть ОП (Модуль –предметно-содержательный) в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

4. Место и время проведения производственной практики

Практика проводится на базе кафедр университета

Практика проводится рассредоточено на 2 курсе в 3 семестре.

5. Объем производственной практики в зачетных единицах и ее продолжительность в неделях и академических часах

Общая трудоемкость практики составляет:

5 зачетных единиц;

180 часов

6. Перечень планируемых результатов прохождения практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Практика направлена на формирование следующих компетенций:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
Универсальные компетенции:			
Общепрофессиональные компетенции			
ОПК-1	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность в РФ	Проект
		ОПК-1.2. Проектирует пути решения профессиональных задач с учетом правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики	

		ОПК-1.3. Предлагает способы оптимизации профессиональной деятельности	
		ОПК-1.4. Проектирует процесс решения профессиональной задачи с учетом обеспечения защиты достоинства и интересов обучающихся	
ОПК-3	Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями ФГОС	<p>ОПК-3.1. Разрабатывает варианты использования в учебном процессе инновационных форм и методов обучения, в том числе выходящих за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты и полевая практика и т.п.</p> <p>ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.3. Проектирует и предлагает рекомендации по созданию ситуаций учебного сотрудничества и взаимодействия, обучающихся в целях эффективного решения образовательных задач</p> <p>ОПК-3.4. Проектирует совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся на основе методики преподавания, деятельностного подхода, инновационных технологий, требований федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>ОПК-3.5. Разрабатывает интерактивные формы и методы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.</p>	Проект Письменная работа
ОПК-4	ОПК-4. Способен создавать и реализовывать условия и принципы духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей	<p>ОПК-4.2. Предлагает рекомендации по проектированию ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка)</p> <p>ОПК-4.3. Разрабатывает рекомендации по использованию воспитательных возможностей различных видов деятельности, обучающихся для создания в образовательной организации</p>	Проект

		воспитывающей образовательной среды	
		ОПК-4.4. Проектирует систему мероприятий по духовно-нравственному воспитанию обучающихся на основе базовых национальных ценностей	
Профессиональные компетенции			
ПК-1	Способен организовывать образовательный процесс для обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ	ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.	
		ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.	
		ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	
		ПК-1.4 Решает профессиональные задачи, связанные с оказанием психологопедагогической поддержки обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных программ	
		ПК-1-5 Разрабатывает и реализует систему профориентационных мероприятий с обучающимися и их родителями	

7. Содержание практики

№ п/п	Содержание деятельности на практике по этапам	Общая трудоемкость		Индивидуальные задания с указанием темы и/или вида работы	Форма представления результата в отчете по практике
		ЗЕТ	Часы		
1	Вводный этап (4 часа)				
1.1	Прохождение вводного инструктажа	0,06	2	Устно прослушивание	подпись
1.2	Составление плана работы на практику	0,06	2	План	план в дневнике
2	Основной этап (20 часов)				
2.1	Работа с первичными источниками исследования, нормативно-правовыми документами	0,83	30	Обобщение результатов, обсуждение результатов, выводов (письменные работы)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий

2.2	Работа с научной литературой, видеоматериалами	0,94	34	Реферирование, аннотирование, (письменные работы)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий
2.3	Логико-методические задания	1,22	44	Задания аналитические, синтетические, дедуктивные, индуктивные по методике проведения занятий по физической культуре и спорту (письменные работы)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий
2.4	Исследовательский проект, исследование	1,5	54	Разработка комплексов упражнений программы, (письменные работы, проект)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий
3	Заключительный этап (часов)				
3.1	Оформление раздела в дневнике практики / Оформление дневника и отчета практики	0,33	12	Оформление отчета и дневника	Дневник практики, отчет практики
3.2	Защита проекта	0,06	2	Презентации	Дневник практики, отчет практики
	итого	5	180		

8. Формы отчетности по практике

1. Дневник практики (приложение 1).
2. Отчет по практике (приложение 2).

9. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике

9.1. Требования к проведению промежуточной аттестации по практике:

1. Выполнение программы практики.
2. Выполнение индивидуальных заданий.
3. Предоставление дневника и отчета по практике на кафедру в течение 2-3-х дней – для рассредоточенных практик и 1-2-х недель после практики – для непрерывных.
4. Выступление с отчетом на заключительной конференции.

9.2. Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации:

Уровень проявления компетенций			Количественный показатель (в %)	Оценка (в баллах)
Качественный показатель				
высокий	компетенции сформированы полностью		90–100%	отлично
повышенный	частично сформированы основные элементы компетенций		75–89%	хорошо
базовый	частично сформированы отдельные		60–74%	удовлетвори

	элементы компетенций		тельно
низкий	компетенции не сформированы	0–59%	неудовлетворительно

9.3. Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций			
УК	ОПК	ПК	
	ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность в РФ	ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.	
	ОПК-1.2. Проектирует пути решения профессиональных задач с учетом правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики	ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся.	
	ОПК-1.3. Предлагает способы оптимизации профессиональной деятельности	ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	
	ОПК-1.4. Проектирует процесс решения профессиональной задачи с учетом обеспечения защиты достоинства и интересов обучающихся	ПК-1.4 Решает профессиональные задачи, связанные с оказанием психологопедагогической поддержки обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных программ	
	ОПК-3.1. Разрабатывает варианты использования в учебном процессе инновационных форм и методов обучения, в том числе выходящих за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты и полевая практика и т.п.	ПК-1-5 Разрабатывает и реализует систему профориентационных мероприятий с обучающимися и их родителями	
	ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в		

	образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	
	ОПК-3.3. Проектирует и предлагает рекомендации по созданию ситуаций учебного сотрудничества и взаимодействия, обучающихся в целях эффективного решения образовательных задач	
	ОПК-3.4. Проектирует совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся на основе методики преподавания, деятельностного подхода, инновационных технологий, требований федеральных государственных образовательных стандартов	
	ОПК-3.5. Разрабатывает интерактивные формы и методы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	
	ОПК-4.2. Предлагает рекомендации по проектированию ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка)	
	ОПК-4.3. Разрабатывает рекомендации по использованию воспитательных возможностей различных видов деятельности, обучающихся для создания в образовательной организации	
	ОПК-4.4. Проектирует	

	систему мероприятий по духовно-нравственному воспитанию обучающихся на основе базовых национальных ценностей	

9.4. Описание оценочных средств

9.4.1. Письменная работа

Письменная работа – работы с текстом, реферирование, аннотирование, аналитическая работа

Критерии оценивания ОС

Критерий	Индикаторы	Балл
Соответствие теме	ОПК-1.1. Выбирает оптимальные пути решения профессиональных задач, опираясь на нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную и трудовую деятельность в РФ ПК-1.2. Разрабатывает систему педагогического контроля и оценки результатов образовательной деятельности обучающихся. ПК-1.4 Решает профессиональные задачи, связанные с оказанием психологопедагогической поддержки обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных программ	1 балл
Глубина раскрытия	ОПК-4.3. Разрабатывает рекомендации по использованию воспитательных возможностей различных видов деятельности, обучающихся для создания в образовательной организации воспитывающей образовательной среды	1 балл
Логичность, последовательность	ПК-1.3 Разрабатывает учебно-методическое обеспечение учебных предметов.	1 балл
Оригинальность	ОПК-3.2. Подбирает и обосновывает целесообразность использования для организации учебной и воспитательной деятельности специальных подходов к обучению и воспитанию в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	1 балл
Соответствие требованиям	ПК-1.4 Решает профессиональные задачи, связанные с оказанием психологопедагогической поддержки обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных программ ПК-1-5 Разрабатывает и реализует систему профориентационных мероприятий с обучающимися и их родителями	1 балл
	Максимальный балл	5

9.4.2. Проект

Проект – самостоятельно разработанный исследовательский проект

Критерии оценивания ОС

Критерий	Индикаторы	Балл
Соответствие теме	ОПК-1.2. Проектирует пути решения профессиональных задач с учетом правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики ОПК-1.4. Проектирует процесс решения профессиональной задачи с учетом обеспечения защиты достоинства и интересов обучающихся ОПК-3.5. Разрабатывает интерактивные формы и методы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	1 балл
Глубина раскрытия	ОПК-1.3. Предлагает способы оптимизации профессиональной деятельности ОПК-4.2. Предлагает рекомендации по проектированию ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка) ОПК-4.4. Проектирует систему мероприятий по духовно-нравственному воспитанию обучающихся на основе базовых национальных ценностей	1 балл
Логичность, последовательность	ОПК-3.3. Проектирует и предлагает рекомендации по созданию ситуаций учебного сотрудничества и взаимодействия, обучающихся в целях эффективного решения образовательных задач	1 балл
Оригинальность	ОПК-3.1. Разрабатывает варианты использования в учебном процессе инновационных форм и методов обучения, в том числе выходящих за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты и полевая практика и т.п. ПК-1.1 Планирует и организует учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, в том числе с особыми потребностями в образовании.	1 балл
Соответствие требованиям структуры	ОПК-3.4. Проектирует совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся на основе методики преподавания, деятельностного подхода, инновационных технологий, требований федеральных государственных образовательных стандартов	1 балл
	Максимальный балл	5

10. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики

а) основная литература:

1. Бурухин С.Ф. Методика обучения общеразвивающим упражнениям в подготовительной части уроков гимнастики [Текст] / С.Ф. Бурухин. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 1997.

2. Бутин И.М. Лыжный спорт / И.М. Бутин. - М., Владос, 2003.

3. Викулов А.Д. Плавание: Учебн. пос. для студентов. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004.

4. Горбачев М.С., Ступина Г.Е. Средства гимнастики на занятиях физической культурой [Текст] / М.С. Горбачев, Г.Е. Ступина - Ярославль, РИО ЯГПУ, 2016, - 51с

б) дополнительная литература:

1. Бурухин С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика [Текст] / С.Ф. Бурухин - М, Юрайт, 2017. - 240с

2. Курамшин Ю.Ф., Теория и методика физической культуры, М, Советский спорт, 2004, 464с

3. Подвижные игры в детском загородном лагере [Текст]: учебно-методическое пособие. / сост. Г. Е. Ступина, О. Г. Трофимова - Ярославль: РИО ЯГПУ, 2014. - 35 с.

в) ресурсы сети «Интернет»:

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

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

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

11. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных сетей

В процессе организации учебной практики применяются следующие информационные технологии:

- проведение вводной конференции с использованием мультимедийных технологий;
- использование дистанционной технологии при обсуждении материалов учебной практики с руководителем;
- использование мультимедийных технологий при защите практик;
- использование компьютерных технологий и программных продуктов, необходимых для: систематизации; обработки данных; проведения требуемых программой практики расчетов; оформления отчетности и т.д.

Информационные технологии

- сбор, хранение, систематизация и представление учебной и научной информации;
- подготовка, конструирование и презентация итогов исследовательской и аналитической деятельности;
- самостоятельный поиск дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных;
- использование электронной почты преподавателей и обучающихся для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем во время прохождения практики.

Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

№ п/п	Название программы/Системы	Описание программы/Системы
1	Платформа Moodle	Содержит весь комплекс заданий, необходимых для аттестации по итогам практики
2	Конференция Zoom / Skype	Используется для индивидуальных и групповых

12. Материально-техническая база, необходимая для проведения практики

Не предусмотрено. Практика связана с работой над литературными источниками.

13. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в период практики

Самостоятельная работа обучающихся в период практики составляет 177,5 часов.

В процессе самостоятельной работы обучающиеся выполняют запланированные работы и выставляют их в MOODLe.

Представление результатов практики в соответствии с индивидуальным заданием на итоговой конференции.

14. Методические рекомендации

Отчетной документацией по учебной/производственной практике является отчет и дневник студента-практиканта, которые хранятся на кафедре в течение трех лет.

Отчет должен содержать конкретные сведения о работе, выполненной в период практики и отражать результаты выполнения заданий, предусмотренных программой практики и включать текстовый, графический и другой иллюстративный материал.

Рекомендуется следующий порядок размещения материала в отчете:

1. Отчет должен быть оформлен на персональном компьютере на одной стороне листа. Размер бумаги – А 4 (210 x 297 мм). Поля: верхнее и нижнее - до 20 мм, левое – 30 мм, правое – не менее 15 мм. Интервал написания текста – 1,5; выравнивание – по ширине. Отступ в первых строках – 10 мм.

2. Шрифт предпочтительно *Times New Roman*. Размер шрифта: для текста – 12, для названия разделов – 14 полужирный, буквы заглавные; для названия подразделов – 14 полужирный, буквы прописные.

3. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего отчета и обозначаться арабскими цифрами с точкой в конце. Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой.

4. Все страницы отчета нумеруют арабскими цифрами внизу страницы по центру.

5. Сокращения слов, кроме общепринятых, не допускаются.

6. Иллюстрации (таблицы, схемы, заполненные формы (бланки) документов, графики и другой иллюстрированный материал) должны иметь название и соответствующий номер.

7. Список литературы должен содержать перечень источников, использованных при выполнении отчета. Сведения об источниках, включенных в список использованной литературы, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.5-2008.

8. Приложения должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами. Каждое приложение следует начинать с нового листа с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и его порядкового номера (без знака №). Каждое приложение должно иметь тематический заголовок, отражающий содержание данного приложения.

9. В конце отчета указывается дата составления отчета по практике и ставится подпись студента.

По окончании практики отчет и дневник подписываются руководителем практики от организации. Дневник сдается вместе с отчетом о практике, после его регистрации на кафедре, руководителю практики от кафедры.

15. Организация практики на заочном отделении

Требования к организации практики на заочном отделении совпадают с требованиями на очном отделении.

16. Особенности организации практики для студентов из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Организация учебной практики для лиц с ограниченными возможностями здоровья производится с учетом состояния их здоровья и медицинскими показаниями, а также требованиями по доступности:

1. Работа студентов, имеющих отклонения в здоровье, ограничивается работой в аудитории или в домашних условиях.

2. План практики носит упрощенный характер: задания по тематике практики не отличаются от заданий, выполняемых обычными студентами, но объем работы снижен.

3. Студенту даётся индивидуальное задание, которое может быть выполнено с помощью сотрудника кафедры; задания адаптированы под конкретного студента.

4. Предоставление сотрудника кафедры для оказания помощи студенту в прохождении практики.

5. Составление документации, обработка журналов наблюдений может осуществляться без проведения занятий в аудитории (в домашних условиях, дистанционно).

6. Предоставление возможности получения консультации по практике с использованием сети Internet, скайпа, конференции Zoom, электронной почты, и других информационно-коммуникационных технологий, электронной образовательной среды MOODLE.

7. Студенты с ОВЗ могут принимать дистанционное участие в итоговой конференции.

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

Факультет:

Кафедра:

Направление подготовки:

Профиль подготовки:

ДНЕВНИК И ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

(Ф.И.О. студента)

курс, факультет, форма обучения, _____ группы

вид практики:

тип практики:

способ проведения практики:

срок проведения практики: с « » 202 г. по « » 202 г.

объем практики: __ зачетные единицы

место прохождения практики: кафедра спортивных дисциплин ФГБОУ ВО
«Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

Итоговая оценка за практику: _____

цифрой

подписью

Руководители практики от ФГБОУ ВО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского:

Должность, ИОФ _____

МП

Ярославль, 20__

1. ДНЕВНИК ПРАКТИКИ

1.1. КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ СТУДЕНТУ-ПРАКТИКАНТУ

1. Перед выездом на практику необходимо:

1.1. Получить на кафедре индивидуальные задания, выполняемые в период практики, выяснить сроки практики.

1.2. Получить на кафедре консультацию и инструктаж по всем вопросам организации практики, в том числе по технике безопасности.

1.3. Составить план прохождения практики с руководителем практики от университета, в котором отражаются следующие мероприятия, например:

- знакомство с правилами внутреннего распорядка;
- проведение инструктажа на рабочем месте по соблюдению техники безопасности;
- прохождение практики в соответствии с программой практики и индивидуальным заданием;
- подготовка дневника и отчета о прохождении практики.

1.4. Встретиться с руководителем практики от университета и согласовать с ним задания, выполняемые в период практики, и совместный график работы, подписать у него необходимые страницы дневника практики и проставить печати.

2. Обязанности студента в период практики:

2.1. Ежедневно вести дневник в строгом соответствии с программой практики и индивидуальным заданием (отражаются все виды работ и проводимые исследования);

2.2. Представить руководителю практики от университета дневник и другие отчетные документы по практике.

1.2. _ ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

ОБЯЗАННОСТИ СТУДЕНТА НА ПРАКТИКЕ		ОБЯЗАННОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРАКТИКИ
1.	Полностью пройти практику в соответствии с указанными в приказе по университету сроками	<i>Руководитель практики от университета</i>
2.	Выполнить в полном объеме задания, предусмотренные программой практики	1. Обеспечивает организацию образовательной деятельности в форме практической подготовки при реализации компонентов образовательной программы.
3.	Подчиняться действующим на предприятии, в учреждении, организации правилам внутреннего трудового порядка	2. Организует участие обучающихся в выполнении определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью:
4.	Изучить и строго соблюдать правила охраны труда, техники безопасности и производственной санитарии	- составляет рабочий график (план) проведения практики;
5.	Участвовать в научно-исследовательской работе по заданию кафедры	- разрабатывает индивидуальные задания для обучающихся, выполняемые в период практики;
6.	Участвовать в общественной жизни коллектива предприятия, организации, учреждения	- участвует в распределении обучающихся по рабочим местам и видам работ в организации;
7.	Нести ответственность за выполняемую работу и ее результаты наравне со штатными работниками	- осуществляет контроль соблюдения сроков проведения практики и соответствием ее содержания требованиям, установленным ООП ВО;
8.	Вести дневник, в который записываются сведения указанные в программе практики	- оценивает результаты прохождения практики обучающимися.
9.	Собрать в течение практики материалы, необходимые для написания выпускной квалификационной работы и/или отчета о практике, в соответствии с программой практики, индивидуальным заданием на практику и указаниями руководителей практики от университета	3. Оказывает методическую помощь обучающимся при выполнении определенных видов работ, связанных с
10.	Заверить подписями и печатями дневник практики	
11.	По окончании практики сдать на проверку руководителю практики от университета отчет, дневник, представить собранные материалы для написания выпускной квалификационной работы и своевременно пройти форму аттестации, предусмотренную учебным планом университета.	

	будущей профессиональной деятельностью. 4. Несет ответственность совместно с ответственным работником Профильной организации за реализацию компонентов образовательной программы в форме практической подготовки, за жизнь и здоровье обучающихся и работников Организации, соблюдение ими правил противопожарной безопасности, правил охраны труда, техники безопасности и санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов.
--	--

1.3. ИНСТРУКТАЖ ПО ОХРАНЕ ТРУДА, ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ, ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ, ПРАВИЛАМ ВНУТРЕННЕГО ТРУДОВОГО РАСПОРЯДКА

Характер инструктажа	Дата	Проводивший инструктаж (ФИО, подпись)	Подпись студента
<i>Вводный инструктаж</i>			
<i>Повторный инструктаж на рабочем месте</i>			

Руководитель практики от ФГБОУ ВО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского:

Должность, ИОФ _____

1.4. ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Цели и задачи практики.

1. Овладение необходимыми компетенциями, связанными с решением практических задач в сфере организации занятий двигательной активностью с различными группами населения.
2. Выработка навыков организации и проведения практических занятий по физической культуре и спорту в условиях уличной среды.

№ п/п	Содержание деятельности (изученные темы) на практике по этапам (заполняется в соответствии с программой практики, указываются конкретные виды деятельности)	Сроки выполнения	Индивидуальные задания с указанием темы и/или вида работы	Форма представления результата в отчете по практике	Отметка руководителя практики о выполнении задания
1.	Вводный этап (кол-во часов)				
1.1.	Прохождение вводного инструктажа	0,06	2	Устно прослушивание	подпись
1.2.	Составление плана работы на практику	0,06	2	План	план в дневнике
2.	Основной этап (кол-во часов)				
2.1.	Работа с первичными источниками исследования, нормативно-правовыми документами	0,83	30	Обобщение результатов, обсуждение результатов, выводов (письменные работы)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий

2.2.	Работа с научной литературой, видеоматериалами	0,94	34	Реферирование, аннотирование, (письменные работы)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий
2.3	Логико-методические задания	1,22	44	Задания аналитические, синтетические, дедуктивные, индуктивные по методике проведения занятий по физической культуре и спорту (письменные работы)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий
2.4	Исследовательский проект, исследование	1,5	54	Разработка комплексов упражнений программы, (письменные работы, проект)	Приложение, результаты выполнения индивидуальных заданий
3.	Заключительный этап (кол-во часов)				
3.1.	Оформление раздела в дневнике практики / Оформление дневника и отчета практики	0,33	12	Оформление отчета и дневника	Дневник практики, отчет практики
3.2.	Защита проекта	0,06	2	Презентации	Дневник практики, отчет практики
3.3	Итого	5	180		

1.5. ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ ПРАКТИКИ ОТ УНИВЕРСИТЕТА О ВЫПОЛНЕНИИ СТУДЕНТОМ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ

Сведения о студенте (ФИО, курс обучения, группа)							
Наименование ОП							
Вид практики, тип практики							
Оцениваемый блок заданий		Наименование блока заданий					
№ п/п	Шифр компетенции	Название компетенции	Характеристика уровня освоения компетенций студентом по каждому ФОС как структурному компоненту Отчета по практике		Итоговая оценка уровня сформированности компетенции		
			ФОС №1	ФОС №2	в баллах	в %	Характеристика уровня
			высокий уровень 5 баллов		14–15	93–100	полностью
			повышенный уровень 4 балла		10–13	67–87	частично сформированы основные элементы компетенции
			базовый уровень 3 балла		4–9	27–60	
			ниже базового уровня 2 балла		0–3	0–20	не сформирована
			не проявил(а) 1 балл				
1.							
2.							
3.							
...							
ИТОГО БАЛЛОВ							

ЗАКЛЮЧЕНИЕ руководителя практики от университета о деятельности студента в период практики

№ п/п	Показатели	Характеристика уровня			
		высокий	средний	низкий	ниже среднего
1.	качество оформления отчетной документации				
2.	своевременность сдачи отчетной документации				
3.	степень самостоятельности при выполнении заданий практики				
ИТОГО БАЛЛОВ:					
ОТМЕТКА:					

Итоговая оценка прохождения практики, выставленная руководителем практики от университета ($I_{\text{проф}}$), определяется через соответствие процента от максимально возможного балла по всему перечню проверяемых компетенций по следующему принципу:

Процент от максимально возможного балла	Итоговая оценка
80-100%	Отлично - 5
35-79%	Хорошо - 4
11-34%	Удовлетворительно - 3
0-10%	Неудовлетворительно - 2

ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА ПО БЛОКУ: _____ (_____)

Руководитель практики от ФГБОУ ВО ЯГПУ им. К.Д. Ушинского:

Должность, ИОФ _____

1.6. ЗАМЕЧАНИЯ И РЕКОМЕНДАЦИИ РУКОВОДИТЕЛЯ ПРАКТИКИ СТУДЕНТУ В ПРОЦЕССЕ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

№ п/п	Содержание замечаний и рекомендаций	Ф.И.О. и должность руководителя практики

Приложение 2

ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

2.1. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

По результатам практики студент составляет индивидуальный письменный отчет по практике. Отчет должен содержать конкретные сведения о работе, выполненной в период практики и отражать результаты выполнения заданий, предусмотренных программой практики и включать текстовый, графический и другой иллюстративный материал.

Рекомендуется следующий порядок размещения материала в отчете:

1. Отчет должен быть оформлен на персональном компьютере на одной стороне листа. Размер бумаги – А 4 (210 x 297 мм). Поля: верхнее и нижнее - до 20 мм, левое – 30 мм, правое – не менее 15 мм. Интервал написания текста – 1,5; выравнивание – по ширине. Отступ в первых строках – 10 мм.

2. Шрифт предпочтительно *Times New Roman*. Размер шрифта: для текста – 12, для названия разделов – 14 полужирный, буквы заглавные; для названия подразделов – 14 полужирный, буквы прописные.

3. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего отчета и обозначаться арабскими цифрами с точкой в конце. Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой.

4. Все страницы отчета нумеруют арабскими цифрами внизу страницы по центру.

5. Сокращения слов, кроме общепринятых, не допускаются.

6. Иллюстрации (таблицы, схемы, заполненные формы (бланки) документов, графики и другой иллюстрированный материал) должны иметь название и соответствующий номер.

7. Список литературы должен содержать перечень источников, использованных при выполнении отчета. Сведения об источниках, включенных в список использованной литературы, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.5-2008.

8. Приложения должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами. Каждое приложение следует начинать с нового листа с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и его порядкового номера (без знака №). Каждое приложение должно иметь тематический заголовок, отражающий содержание данного приложения.

9. В конце отчета указывается дата составления отчета по практике и ставится подпись студента

2.2. СОДЕРЖАНИЕ ОТЧЕТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

(оформляется в соответствии с содержанием графика работы студента на практике, представленном в п 1.4. Дневника практики)

№ п/п	Результаты выполнения индивидуальных заданий	Стр.	Оценка руководителя практики от университета
1			
2			
Итоговая оценка за отчет по практике			

2.3. РЕЗУЛЬТАТЫ ВЫПОЛНЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ

Представлены работы, выполненные студентом в период практики (характеристики организации, конспекты занятий, методические разработки, результаты диагностики и т.п.)

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

(при необходимости, иначе – «не предусмотрен»)

2.5. ПРИЛОЖЕНИЯ К ОТЧЕТУ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

(при необходимости, иначе – «не предусмотрены»)

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
**проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса**
В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:

К.М.03.ДВ.01.01 Антидопинговое обеспечение в спорте

Рекомендуется для направления подготовки:

44.04.01. Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры

медико-биологических основ спорта, к.б.н.

О.Н. Семенова

Профессор кафедры

медико-биологических основ спорта, д.м.н.

В.Н. Левин

Утверждено на заседании кафедры

« ____ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой
профессор

В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Антидопинговое обеспечение в спорте» - формирование у студентов знаний о строении организма человека с учетом его взаимосвязи с внешней средой, возрастных, половых и индивидуальных особенностей и тех изменений, которые происходят в нем в связи с занятиями физической культурой и спортом.

Основными **задачами** курса являются:

- **понимание** теоретических и практических основ рационального питания спортсменов;
- **развитие умений** и расширение общетеоретической, биологической и методической подготовки студентов;
- **овладение навыками** в использовании полученных знаний и умений в практической деятельности (построении учебно-тренировочных занятий для различных возрастных групп, индивидуализации спортивной тренировки).

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

Дисциплина включена в **вариативную часть ОПОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывает стратегию действий	УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	Устный ответ Реферат Тест
ППК-1	Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта	ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов	Устный ответ
ППК-3	Способность осуществлять профессиональную деятельность, опираясь на комплексные знания медико-биологических основ спорта	ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.	Устный ответ Контрольная работа Устный ответ Контрольная работа Тест

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		3
Контактная работа с преподавателем (всего)	28	28
Лекции	8	8
Практические занятия	20	20
Самостоятельная работа (всего)	44	44
В том числе:		
Реферат	18	18
Подготовка к устным ответам и сообщениям	10	10
Подготовка к письменной работе	10	10
Выполнение письменных заданий в тетради	6	6
Контроль		
Вид промежуточной аттестации		
Общая трудоемкость	часов	72
	зачетных единиц	2

5. Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Общие вопросы проблемы допинга	Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств
2.	Классы средств, запрещенных к применению в спорте	Анаболические стероиды
		Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты
		В-адреномиметики, и блокаторы
		Каннабиноиды
		Диуретики
		Наркотики и алкоголь
		Стимуляторы, глюкокортикостероиды.
	Генный, кровяной допинг и прочие средства	
3.	Юридически-правовые аспекты применения допинга	Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте

5.2 Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студентов	Всего часов
-------	---------------------------------	--------	----------------------	----------------------------------	-------------

1 Раздел Общие вопросы проблемы допинга					
1.1	Тема: Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	2	2	6	10
2 Раздел Классы средств, запрещенных к применению в спорте					
2.1	Тема: Анаболические стероиды	2	2	6	10
2.2	Тема: Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты	2	2	4	8
2.3.	Тема: В-адреномиметики, и блокаторы	-	2	4	6
2.4.	Тема: Каннабиноиды	-	2	4	6
2.5	Тема: Диуретики	-	2	4	6
2.6	Тема: Наркотики и алкоголь	-	2	4	6
2.7	Тема: Стимуляторы, глюкокортикостероиды	-	2	4	6
2.8	Тема: Генный, кровяной допинг и прочие средства	-	2	4	6
3 Раздел Юридически-правовые аспекты применения допинга					
3.1	Тема: Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	2	2	4	8
Всего		8	20	44	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, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	Написание контрольной работы об истории развития проблемы допинга, выдающихся ученых-фармакологах, внесших вклад в изучение вопроса, классификации запрещенных препаратов, методах маскировки и борьбы с допингом
2	Анаболические стероиды	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе
3	Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе
4	В-адреномиметики, и блокаторы	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе

		Написание рефератов по теме занятия
5	Каннабиноиды	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
6	Диуретики	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
7	Наркотики и алкоголь	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
8	Стимуляторы, глюкокортикостероиды	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
9	Генный, кровяной допинг и прочие средства	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе 1
10	Андидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Анаболические стероиды – таблетки: оксиметолон, оксандролон, этилэстренол. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
2. Анаболические стероиды – таблетки: местеролон, тестотерон, норэтандролон. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
3. Анаболические стероиды – растворы: нандролон, тестостерон, метенолон, тренболон. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
4. Анаболические стероиды – анадрол, генабол, данокрил, нилевар, примоболан, тренабол, эквипойз. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
5. Анаболические стероиды – метандростенолон, метиландоростендиол, феноболин, ретаболил, . Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
6. Побочные эффекты анаболических стероидов.
7. Другие анаболические агенты: SARM, кленбутерол, зеронол, тиболон.
8. Гормоны: эритропоэтин, соматотропин, хорионический гонадотропин, MGF, инсулин, АКТГ. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
9. В2 адреномиметики: адреналин, норадреналин, мезатон, нафтизин, изадрин, орципреналин, эфедрин, сальбутамол, фенотерол. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
10. Гормонные антагонисты и модуляторы. Тамоксифен, торемифен, бифосфонаты, фульвестрант Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
11. Блокаторы ароматазы: аримидекс, анастрозол, фемапра, летрозол, экземестан, атаместан, аромазин

12. антиэстрогены: кломифен, циклофенил, проверон, релизинг факторы, бусерелин, гозерелин, лейпрорелин, трипторелин, медроксипрогестерон, бромокриптин.
13. Ингибиторы миостатина.
14. Диуретики канальцевые: триамтерен, клопамид, индапамид, амилорид, спиронолактон, инспра
15. Диуретики, ингибиторы карбоангидразы: Диакарб
16. тиазидные диуретики: гидрохлортиазид, циклометиазид
17. тиазидоподобные диуретики: хлорталидон
18. петлевые диуретики: фуросемид, этакриновая кислота. Буфенокс, торасемид
19. осмотические диуретики – маннит
20. растительные диуретики – ортосифон, береза, брусника, хвощ
21. Стимуляторы: кофеин, кокаин, стрихнин, эфедрин, фенамин.
22. Наркотики: морфин, опий, метадон, фентанил
23. Каннабиноиды: марихуана, гашиш, гашишное масло
24. Глюкокортикоиды – кортизол и др.
25. Алкоголь и спорт.
26. В-адреноблокаторы: фентолламин, пирроксан, спорынья, празозин, доксазозин, альфузозин, атенолол, метопролол, бисопролол, .
27. Симпатолитики: резерпин, раунатин, метилдофа, октадин
28. Генный допинг в спорте
29. Особые субстанции в спорте
30. Ответственность за прием допинга
31. Способы маскировки запрещенных средств
32. Допинговая экспертиза.
33. Борьба МОК и ВАДА с допингом.
34. История известных спортсменов, употреблявших допинг.
35. Роль допингов в лечении специфических спортивных болезней.

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: Общие вопросы проблемы допинга		
Тема: Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Раздел Классы средств, запрещенных к применению в спорте		
Тема: Анаболические стероиды	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: В-адреномиметики, и блокаторы	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Каннабиноиды	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3

Тема: Диуретики	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Наркотики и алкоголь	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Стимуляторы, глюкокортикостероиды	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Генный, кровяной допинг и прочие средства	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Раздел: Юридически-правовые аспекты применения допинга		
Тема: Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3

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

Оформление тетради– 1-5 баллов; устный ответ– 1-5 баллов.

Выполнение письменных заданий в тетради– 1-5 баллов.

Коллоквиум– 5-10 баллов

Проведение на практических занятиях фрагмента урока/урока – 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	5
	<i>Итого</i>		
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
	Общие вопросы проблемы допинга		
	Тема: Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы.	1	5

Распространение. Современная классификация запрещенных средств			
	Классы средств, запрещенных к применению в спорте		
	Тема: Анаболические стероиды	1	5
	Тема: Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты		
	Тема: В-адренемиметики, и блокаторы	1	5
	Тема: Каннабиноиды	1	5
	Тема: Диуретики	1	5
	Тема: Наркотики и алкоголь	1	5
	Тема: Стимуляторы, глюкокортикостероиды	1	5
	Тема: Генный, кровяной допинг и прочие средства		
	Юридически-правовые аспекты применения допинга		
	Тема: Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	1	5
Всего в семестре 1		10	50
Всего в семестре 2		10	50
Промежуточная аттестация (зачет)			
Всего в семестре 3			
Всего в семестре 4			
Промежуточная аттестация (зачет)			
Всего в семестре 5			
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)			
ИТОГО		20	100
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 Контрольная работа

Контрольная работа – средство, позволяющее оценить умение студента самостоятельно и творчески рассуждать в рамках изученной темы, руководствуясь соответствующим научным инструментарием учебной дисциплины.

Аннотация к контрольной работе

Дисциплина: Антидопинговое обеспечение

Направление: Педагогическое образование

Тема: антидопинговая экспертиза

Форма: контрольная работа

Курс: 4 курс

Продолжительность выполнения задания: 2 часа

Проверяемые элементы компетенций – ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.

Задание для студентов: Опираясь на предложенный план и материалы лекций, ответьте на следующие вопросы:

1. Перечислить основные этапы прохождения процедуры допинг-контроля.
2. Права и обязанности спортсменов, включенных в тестируемый пул исследования.

Критерий	Балл
Точность терминологии	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность изложения материала	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.2 Устный опрос

Устный опрос- метод, направленный на сбор первичной информации, при котором человек отвечает на ряд вопросов

Примерные темы

1. История создания ВАДА
2. Перечислите классы веществ, запрещенные к применению в соревновательный период
3. Перечислите классы веществ, запрещенные к применению в подготовительный период
4. Критерии включения препарата в запрещенный список
5. Терапевтическое использование препаратов. Основные требования.

Примеры заданий

Разработать и провести фрагмент урока по теме: Пищевой статус спортсменов.

Оцените распределение калорийности и пищевых веществ в суточном рационе по приемам пищи. Вид спорта – футбол, этап подготовки – предсоревновательный.

Анализируемый показатель	Фактические данные по рациону	Нормативные данные
Сопоставление энергоемкости рациона с суточными энергозатратами спортсмена	4349 : 4500	1: 1
Распределение калорийности рациона по приемам пищи:		
Завтрак	29	30-45
Обед	49	40-45
ужин	22	20-30
Количество калорий, % обеспечиваемых за		

счет:		
Белков	15	14
Жиров	40	30
Углеводов	44	56
Соотношение в рационе белков, жиров, углеводов, части	1:1,2:2,9	1:0,8:4
Соотношение в рационе белков растительного и животного происхождения	61:39%	60:40%
Соотношение в рационе жиров животного и растительного происхождения	96:4%	70:30%
Соотношение Са:Mg	1:0,6	1:0,6
Содержание в рационе витаминов,мг:		
А		
В1	1,5	1,5 – 2,5
В2	3,1	1,5 – 3
РР	3,7	2,0 – 3.0
С	27	15-25
	82	100-250
Соотношение Са:Р	1:2	1:1,2
Соотношение в рационе поли- и моносахаридов	89:11%	64:36%

На основании проведенного анализа составьте заключение и дайте рекомендации по рационализации питания спортсмена.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Высокий уровень организации, точность команд, перестроений	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность предложенных двигательных заданий	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.3. Тест

Тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Тестовая проверка знаний осуществляется в форме ответов студентов на вопросы, составленные в стандартной форме. Она реализуется или в безмашинном варианте, или с использованием средств вычислительной техники. Верность выбора ответов проверяется в первом случае с помощью шаблонов, во втором – с использованием соответствующих программ.

Пример тестовых заданий

Вопрос 1. Нарушение порядка предоставления информации о местонахождении это?

- Сочетание двух пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев
- Сочетание четырех пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев
- Сочетание пяти пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев
- Сочетание трех пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев

Вопрос 2. Каким критериям должен соответствовать запрос на терапевтическое использование?

- Отсутствие разумной терапевтической альтернативы
- Не способствует улучшению спортивного результата
- Неприменение субстанции, входящей в запрещенный список, приведет к значительному ухудшению состояния здоровья
- Все вышеперечисленное

Вопрос 3. Дайте определение допингу согласно Всемирному антидопинговому кодексу.

- a. Допинг — это наличие запрещенной субстанции в пробе спортсмена
- b. Допинг — это совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил
- c. Допинг — это использование запрещенных субстанций и методов в спорте
- d. Допинг — это использование оборудования, которое не прошло утверждение

Вопрос 4. Кто подает запрос на терапевтическое использование?

- a. Врач
- b. Тренер
- c. Менеджер
- d. Спортсмен

Вопрос 5. Укажите критерии по каким субстанция попадает в запрещенный список:

Внимание, в этом вопросе возможно несколько вариантов ответа:

- a. Противоречит этике спорта
- b. Риск для здоровья спортсмена
- c. Противоречит духу спорта
- d. Улучшение спортивных результатов

Вопрос 6. Согласно статье № 2 Всемирного антидопингового кодекса — 2021, сколько существует видов нарушений антидопинговых правил?

- a. 12
- b. 11
- c. 13
- d. 10

Критерии оценивания

Критерий	Балл
91-100% правильных ответов	5
76-90% правильных ответов	4
61-75% правильных ответов	3
<60% правильных ответов	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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (тестовые вопросы разработка фрагментов урока, проведение пробных уроков и т.д.);
- 3) уровень освоения техники изучаемых легкоатлетических видов (двигательные тесты на технику и/или результат);
- 4) уровень физической подготовленности (двигательные тесты на технику и/или результат);
- 5) участие в физкультурных и спортивных мероприятиях различного уровня (личные достижения позволяют получить до 10 баллов).

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель	Оценка*	
			Квалита	Кванти

		(баллы БРС)	тивная	тативна я
высокий	<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако</p> <p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.</p>	91-100	зачтено	отлично
повышенный	<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов</p>	76-90		хорошо
базовый	<p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.</p>	61-75		удовлетворительно
низкий	Не проявляет необходимых компетенций	<60	не зачтено	неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций

УК, ППК
Тест
<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако</p> <p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте</p>
Контрольная работа
<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако</p> <p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте</p>
Устный опрос
<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако</p> <p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте</p>

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

1. Иваницкий М.Ф., Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии), М, Терра-спорт, 2003, 0с.
2. Ткачук М.Г., Степаник И.А., Анатомия, М, Советский спорт, 2010, 0с
3. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с **основами** динамической и спортивной морфологии) [Электронный ресурс] : учебник для институтов физической культуры / М.Ф. Иваницкий. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2016. — 624 с. — 978-5-906839-68-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52107.html>

б) дополнительная литература

1. Курепина М.М. и др., Анатомия человека. Атлас, М, Владос, 2005, 239с.
2. Сапин М.Р., Брыксина З.Г., Анатомия человека. В 2-х кн., М, Академия, 2006, 384с
3. Лысов П.К., Сапин М.Р., Анатомия(с основами спортивной морфологии) в 2 т. Т.1, М, Академия, 2010, 0с.
4. Лысов П.К., Сапин М.Р., Анатомия(с основами спортивной морфологии) в 2 т. Т.2, М, Академия, 2010, 0с.

5. Гелашвили П.А. Функциональная анатомия суставов человека [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов медицинских вузов / П.А. Гелашвили, Е.Н. Буракова. — Электрон. текстовые данные. — Самара: РЕАВИЗ, 2014. — 100 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64891.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

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. Оборудованная лаборатория анатомии;
2. Оборудованные аудитории – столы, стулья, доска, экран, телевизор;
3. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
4. Материалы для итогового и промежуточного контроля;
5. 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 1 зачетная единицы.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетная единица.

Вид учебной работы	Всего часов	триместр
		3
Контактная работа с преподавателем (всего)	14	14
Лекции	6	6
Лабораторные занятия	8	8
Самостоятельная работа (всего)	58	58
В том числе:		
Реферат	30	30
Подготовка к устным ответам и сообщениям	20	20
Подготовка к контрольной работе	8	8
Вид промежуточной аттестации	-	
Общая трудоемкость	часов	72
	зачетных единиц	1

13.2 Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Общие вопросы проблемы допинга	Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств
2.	Классы средств, запрещенных к применению в спорте	Анаболические стероиды
		Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты
		В-адреномиметики, и блокаторы
		Каннабиноиды
		Диуретики
		Наркотики и алкоголь
		Стимуляторы, глюкокортикостероиды.
	Генный, кровяной допинг и прочие средства	
3.	Юридически-правовые аспекты применения допинга	Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте

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	Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	Реферат Подготовка к устному ответу
2	Генный, кровяной допинг и прочие средства	Реферат Подготовка к устному ответу
3	Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	Реферат Подготовка к контрольной работе

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
**проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса**
В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:

**К.М.03.ДВ.01.01 Фармакологические средства восстановления в спортивной
деятельности**

Рекомендуется для направления подготовки:

44.04.01. Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры
медико-биологических основ спорта, к.б.н.

О.Н. Семенова

Профессор кафедры
медико-биологических основ спорта, д.м.н.

В.Н. Левин

Утверждено на заседании кафедры

« __ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой
профессор

В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Фармакологические средства восстановления в спортивной деятельности» - формирование у студентов знаний о строении организма человека с учетом его взаимосвязи с внешней средой, возрастных, половых и индивидуальных особенностей и тех изменений, которые происходят в нем в связи с занятиями физической культурой и спортом.

Основными **задачами** курса являются:

- **понимание** теоретических и практических основ рационального питания спортсменов;
- **развитие умений** и расширение общетеоретической, биологической и методической подготовки студентов;
- **овладение навыками** в использовании полученных знаний и умений в практической деятельности (построении учебно-тренировочных занятий для различных возрастных групп, индивидуализации спортивной тренировки).

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

Дисциплина включена в **вариативную часть ОПОП.**

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывает стратегию действий	УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	Устный ответ Реферат Тест
ППК-1	Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знания медико-биологических основ спорта	ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов	Устный ответ
ППК-3	Способность осуществлять профессиональную деятельность, опираясь на комплексные знания медико-биологических основ спорта	ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.	Устный ответ Контрольная работа Устный ответ Контрольная работа Тест

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		3
Контактная работа с преподавателем (всего)	28	28
Лекции	8	8
Практические занятия	20	20
Самостоятельная работа (всего)	44	44
В том числе:		
Реферат	18	18
Подготовка к устным ответам и сообщениям	10	10
Подготовка к письменной работе	10	10
Выполнение письменных заданий в тетради	6	6
Контроль		
Вид промежуточной аттестации		
Общая трудоемкость	часов	72
	зачетных единиц	2

5. Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Общие вопросы проблемы допинга	Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств
2.	Классы средств, запрещенных к применению в спорте	Анаболические стероиды
		Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты
		В-адреномиметики, и блокаторы
		Каннабиноиды
		Диуретики
		Наркотики и алкоголь
		Стимуляторы, глюкокортикостероиды.
	Генный, кровяной допинг и прочие средства	
3.	Юридически-правовые аспекты применения допинга	Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте

5.2 Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студентов	Всего часов
-------	---------------------------------	--------	----------------------	----------------------------------	-------------

1 Раздел Общие вопросы проблемы допинга					
1.1	Тема: Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	2	2	6	10
2 Раздел Классы средств, запрещенных к применению в спорте					
2.1	Тема: Анаболические стероиды	2	2	6	10
2.2	Тема: Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты	2	2	4	8
2.3.	Тема: В-адреномиметики, и блокаторы	-	2	4	6
2.4.	Тема: Каннабиноиды	-	2	4	6
2.5	Тема: Диуретики	-	2	4	6
2.6	Тема: Наркотики и алкоголь	-	2	4	6
2.7	Тема: Стимуляторы, глюкокортикостероиды	-	2	4	6
2.8	Тема: Генный, кровяной допинг и прочие средства	-	2	4	6
3 Раздел Юридически-правовые аспекты применения допинга					
3.1	Тема: Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	2	2	4	8
Всего		8	20	44	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, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	Написание контрольной работы об истории развития проблемы допинга, выдающихся ученых-фармакологах, внесших вклад в изучение вопроса, классификации запрещенных препаратов, методах маскировки и борьбы с допингом
2	Анаболические стероиды	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе
3	Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе
4	В-адреномиметики, и блокаторы	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе

		Написание рефератов по теме занятия
5	Каннабиноиды	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
6	Диуретики	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
7	Наркотики и алкоголь	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
8	Стимуляторы, глюкокортикостероиды	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе Написание рефератов по теме занятия
9	Генный, кровяной допинг и прочие средства	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе 1
10	Андидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	Подготовка к устному ответу по теме занятия Подготовка письменных заданий в тетради Подготовка к письменной самостоятельной работе

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Анаболические стероиды – таблетки: оксиметолон, оксандролон, этилэстренол. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
2. Анаболические стероиды – таблетки: местеролон, тестотерон, норэтандролон. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
3. Анаболические стероиды – растворы: нандролон, тестостерон, метенолон, тренболон. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
4. Анаболические стероиды – анадрол, генабол, данокрил, нилевар, примоболан, тренабол, эквипойз. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
5. Анаболические стероиды – метандростенолон, метиландоростендиол, феноболин, ретаболил, . Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
6. Побочные эффекты анаболических стероидов.
7. Другие анаболические агенты: SARM, кленбутерол, зеронол, тиболон.
8. Гормоны: эритропоэтин, соматотропин, хорионический гонадотропин, MGF, инсулин, АКТГ. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
9. В2 адреномиметики: адреналин, норадреналин, мезатон, нафтизин, изадрин, орципреналин, эфедрин, сальбутамол, фенотерол. Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
10. Гормонные антагонисты и модуляторы. Тамоксифен, торемифен, бифосфонаты, фульвестрант Фармакологическая характеристика. Применение в спорте. Вред здоровью. История запрета.
11. Блокаторы ароматазы: аримидекс, анастрозол, фемапра, летрозол, экземестан, атаместан, аромазин

12. антиэстрогены: кломифен, циклофенил, проверон, релизинг факторы, бусерелин, гозерелин, лейпрорелин, трипторелин, медроксипрогестерон, бромокриптин.
13. Ингибиторы миостатина.
14. Диуретики канальцевые: триамтерен, клопамид, индапамид, амилорид, спиронолактон, инспра
15. Диуретики, ингибиторы карбоангидразы: Диакарб
16. тиазидные диуретики: гидрохлортиазид, циклометиазид
17. тиазидоподобные диуретики: хлорталидон
18. петлевые диуретики: фуросемид, этакриновая кислота. Буфенокс, торасемид
19. осмотические диуретики – маннит
20. растительные диуретики – ортосифон, береза, брусника, хвощ
21. Стимуляторы: кофеин, кокаин, стрихнин, эфедрин, фенамин.
22. Наркотики: морфин, опий, метадон, фентанил
23. Каннабиноиды: марихуана, гашиш, гашишное масло
24. Глюкокортикоиды – кортизол и др.
25. Алкоголь и спорт.
26. В-адреноблокаторы: фентолламин, пирроксан, спорынья, празозин, доксазозин, альфузозин, атенолол, метопролол, бисопролол, .
27. Симпатолитики: резерпин, раунатин, метилдофа, октадин
28. Генный допинг в спорте
29. Особые субстанции в спорте
30. Ответственность за прием допинга
31. Способы маскировки запрещенных средств
32. Допинговая экспертиза.
33. Борьба МОК и ВАДА с допингом.
34. История известных спортсменов, употреблявших допинг.
35. Роль допингов в лечении специфических спортивных болезней.

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: Общие вопросы проблемы допинга		
Тема: Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Раздел Классы средств, запрещенных к применению в спорте		
Тема: Анаболические стероиды	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: В-адреномиметики, и блокаторы	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Каннабиноиды	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3

Тема: Диуретики	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Наркотики и алкоголь	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Стимуляторы, глюкокортикостероиды	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Тема: Генный, кровяной допинг и прочие средства	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3
Раздел: Юридически-правовые аспекты применения допинга		
Тема: Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	Устный опрос Контрольная работа Тест	УК-1.1, УК -1.4 ППК -1.3 ППК – 3.1, ППК- 3.3

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

Оформление тетради– 1-5 баллов; устный ответ– 1-5 баллов.

Выполнение письменных заданий в тетради– 1-5 баллов.

Коллоквиум– 5-10 баллов

Проведение на практических занятиях фрагмента урока/урока – 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	5
	<i>Итого</i>		
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов
	Общие вопросы проблемы допинга		
	Тема: Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы.	1	5

	Распространение. Современная классификация запрещенных средств			
	Классы средств, запрещенных к применению в спорте			
	Тема: Анаболические стероиды	1	5	
	Тема: Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты			
	Тема: В-адреномиметики, и блокаторы	1	5	
	Тема: Каннабиноиды	1	5	
	Тема: Диуретики	1	5	
	Тема: Наркотики и алкоголь	1	5	
	Тема: Стимуляторы, глюкокортикостероиды	1	5	
	Тема: Генный, кровяной допинг и прочие средства			
	Юридически-правовые аспекты применения допинга			
	Тема: Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	1	5	
	Всего в семестре 1		10	50
	Всего в семестре 2		10	50
	Промежуточная аттестация (зачет)			
Всего в семестре 3				
Всего в семестре 4				
Промежуточная аттестация (зачет)				
Всего в семестре 5				
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)				
ИТОГО		20	100	
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 Контрольная работа

Контрольная работа – средство, позволяющее оценить умение студента самостоятельно и творчески рассуждать в рамках изученной темы, руководствуясь соответствующим научным инструментарием учебной дисциплины.

Аннотация к контрольной работе

Дисциплина: Антидопинговое обеспечение

Направление: Педагогическое образование

Тема: антидопинговая экспертиза

Форма: контрольная работа

Курс: 4 курс

Продолжительность выполнения задания: 2 часа

Проверяемые элементы компетенций – ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.

Задание для студентов: Опираясь на предложенный план и материалы лекций, ответьте на следующие вопросы:

1. Перечислить основные этапы прохождения процедуры допинг-контроля.
2. Права и обязанности спортсменов, включенных в тестируемый пул исследования.

Критерий	Балл
Точность терминологии	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность изложения материала	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.2 Устный опрос

Устный опрос- метод, направленный на сбор первичной информации, при котором человек отвечает на ряд вопросов

Примерные темы

- 1.История создания ВАДА
- 2.Перечислите классы веществ, запрещенные к применению в соревновательный период
- 3.Перечислите классы веществ, запрещенные к применению в подготовительный период
4. Критерии включения препарата в запрещенный список
5. Терапевтическое использование препаратов. Основные требования.

Примеры заданий

Разработать и провести фрагмент урока по теме: Пищевой статус спортсменов.

Оцените распределение калорийности и пищевых веществ в суточном рационе по приемам пищи. Вид спорта – футбол, этап подготовки – предсоревновательный.

Анализируемый показатель	Фактические данные по рациону	Нормативные данные
Сопоставление энергоемкости рациона с суточными энергозатратами спортсмена	4349 : 4500	1: 1
Распределение калорийности рациона по приемам пищи:		
Завтрак	29	30-45
Обед	49	40-45
ужин	22	20-30
Количество калорий, % обеспечиваемых за		

счет:		
Белков	15	14
Жиров	40	30
Углеводов	44	56
Соотношение в рационе белков, жиров, углеводов, части	1:1,2:2,9	1:0,8:4
Соотношение в рационе белков растительного и животного происхождения	61:39%	60:40%
Соотношение в рационе жиров животного и растительного происхождения	96:4%	70:30%
Соотношение Са:Mg	1:0,6	1:0,6
Содержание в рационе витаминов,мг:		
А		
В1	1,5	1,5 – 2,5
В2	3,1	1,5 – 3
РР	3,7	2,0 – 3.0
С	27	15-25
	82	100-250
Соотношение Са:Р	1:2	1:1,2
Соотношение в рационе поли- и моносахаридов	89:11%	64:36%

На основании проведенного анализа составьте заключение и дайте рекомендации по рационализации питания спортсмена.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
Высокий уровень организации, точность команд, перестроений	2,5 балла
Использование профессиональных понятий и терминов в речи	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Логичная последовательность предложенных двигательных заданий	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.3. Тест

Тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента. Тестовая проверка знаний осуществляется в форме ответов студентов на вопросы, составленные в стандартной форме. Она реализуется или в безмашинном варианте, или с использованием средств вычислительной техники. Верность выбора ответов проверяется в первом случае с помощью шаблонов, во втором – с использованием соответствующих программ.

Пример тестовых заданий

Вопрос 1. Нарушение порядка предоставления информации о местонахождении это?

- Сочетание двух пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев
- Сочетание четырех пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев
- Сочетание пяти пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев
- Сочетание трех пропущенных тестов и (или) непредоставления информации в течение 12 месяцев

Вопрос 2. Каким критериям должен соответствовать запрос на терапевтическое использование?

- Отсутствие разумной терапевтической альтернативы
- Не способствует улучшению спортивного результата
- Неприменение субстанции, входящей в запрещенный список, приведет к значительному ухудшению состояния здоровья
- Все вышеперечисленное

Вопрос 3. Дайте определение допингу согласно Всемирному антидопинговому кодексу.

- a. Допинг — это наличие запрещенной субстанции в пробе спортсмена
- b. Допинг — это совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил
- c. Допинг — это использование запрещенных субстанций и методов в спорте
- d. Допинг — это использование оборудования, которое не прошло утверждение

Вопрос 4. Кто подает запрос на терапевтическое использование?

- a. Врач
- b. Тренер
- c. Менеджер
- d. Спортсмен

Вопрос 5. Укажите критерии по каким субстанция попадает в запрещенный список:

Внимание, в этом вопросе возможно несколько вариантов ответа:

- a. Противоречит этике спорта
- b. Риск для здоровья спортсмена
- c. Противоречит духу спорта
- d. Улучшение спортивных результатов

Вопрос 6. Согласно статье № 2 Всемирного антидопингового кодекса — 2021, сколько существует видов нарушений антидопинговых правил?

- a. 12
- b. 11
- c. 13
- d. 10

Критерии оценивания

Критерий	Балл
91-100% правильных ответов	5
76-90% правильных ответов	4
61-75% правильных ответов	3
<60% правильных ответов	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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (тестовые вопросы разработка фрагментов урока, проведение пробных уроков и т.д.);
- 3) уровень освоения техники изучаемых легкоатлетических видов (двигательные тесты на технику и/или результат);
- 4) уровень физической подготовленности (двигательные тесты на технику и/или результат);
- 5) участие в физкультурных и спортивных мероприятиях различного уровня (личные достижения позволяют получить до 10 баллов).

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель	Оценка*	
			Квалита	Кванти

		(баллы БРС)	ттивная	тативна я
высокий	<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.</p>	91-100	зачтено	отлично
повышенный	<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов</p>	76-90		хорошо
базовый	<p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте.</p>	61-75		удовлетворительно
низкий	Не проявляет необходимых компетенций	<60	не зачтено	неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций

УК, ППК
Тест
<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако</p> <p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте</p>
Контрольная работа
<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако</p> <p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте</p>
Устный опрос
<p>УК-1.1 – Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 – разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных зако</p> <p>ППК3.1 – решает профессиональные задачи, опираясь на знания анатомо-физиологических, возрастных и индивидуальных особенностей организма человека и влияния на него факторов внешней и внутренней среды</p> <p>ППК -3.3 – знает и использует в профессиональной деятельности законодательства РФ в части, регламентирующей использование запрещенных препаратов в спорте</p>

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

1. Иваницкий М.Ф., Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии), М, Терра-спорт, 2003, 0с.
2. Ткачук М.Г., Степаник И.А., Анатомия, М, Советский спорт, 2010, 0с
3. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с **основами** динамической и спортивной морфологии) [Электронный ресурс] : учебник для институтов физической культуры / М.Ф. Иваницкий. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2016. — 624 с. — 978-5-906839-68-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52107.html>

б) дополнительная литература

1. Курепина М.М. и др., Анатомия человека. Атлас, М, Владос, 2005, 239с.
2. Сапин М.Р., Брыксина З.Г., Анатомия человека. В 2-х кн., М, Академия, 2006, 384с
3. Лысов П.К., Сапин М.Р., Анатомия(с основами спортивной морфологии) в 2 т. Т.1, М, Академия, 2010, 0с.
4. Лысов П.К., Сапин М.Р., Анатомия(с основами спортивной морфологии) в 2 т. Т.2, М, Академия, 2010, 0с.

5. Гелашвили П.А. Функциональная анатомия суставов человека [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов медицинских вузов / П.А. Гелашвили, Е.Н. Буракова. — Электрон. текстовые данные. — Самара: РЕАВИЗ, 2014. — 100 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64891.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

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. Оборудованная лаборатория анатомии;
2. Оборудованные аудитории – столы, стулья, доска, экран, телевизор;
3. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
4. Материалы для итогового и промежуточного контроля;
5. 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 1 зачетная единицы.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетная единица.

Вид учебной работы	Всего часов	триместр
		3
Контактная работа с преподавателем (всего)	14	14
Лекции	6	6
Лабораторные занятия	8	8
Самостоятельная работа (всего)	58	58
В том числе:		
Реферат	30	30
Подготовка к устным ответам и сообщениям	20	20
Подготовка к контрольной работе	8	8
Вид промежуточной аттестации	-	
Общая трудоемкость	часов	72
	зачетных единиц	1

13.2 Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Общие вопросы проблемы допинга	Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств
2.	Классы средств, запрещенных к применению в спорте	Анаболические стероиды
		Гормоны гормоноподобные вещества и их антагонисты
		В-адреномиметики, и блокаторы
		Каннабиноиды
		Диуретики
		Наркотики и алкоголь
		Стимуляторы, глюкокортикостероиды.
	Генный, кровяной допинг и прочие средства	
3.	Юридически-правовые аспекты применения допинга	Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте

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	Основные понятия, связанные со средствами, запрещенными к применению в спорте. История допинга. Допинговые средства и методы. Распространение. Современная классификация запрещенных средств	Реферат Подготовка к устному ответу
2	Генный, кровяной допинг и прочие средства	Реферат Подготовка к устному ответу
3	Антидопинговые организации. История, структура, функции. Основные документы. Допинговая экспертиза. Способы маскировки запрещенных средств. Санкции возникающие при применении допинга. Пути борьбы с запрещенными средствами в спорте	Реферат Подготовка к контрольной работе

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»

У Т В Е Р Ж Д А Ю
проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса
_____ В.П. Завойстый
« ____ » _____ 2020г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
**К.М.03.ДВ.02.01 Лечебная физическая культура и оздоровительный
массаж**

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01 Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

профессор каф. МБОС и ТФК, д.м.н.

В.А. Маргазин

доцент кафедры МБОС и ТФК, к.м.н.

А.В. Коромыслов

**Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК**

« ____ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой

В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «лечебная физическая культура и оздоровительный массаж» - формирование систематизированных знаний в области ЛФК и массажа.

Основными *задачами* курса являются:

- понимание теории создания комплекса ЛФК при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм;
- овладение навыками практической деятельности использования ЛФК и массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и для реабилитации;
- развитие умений первичной диагностики заболевания и уровня двигательной активности.

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

Дисциплина включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	Устный ответ доклад Реферат Тест
ППК-1	Способность организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов, регулирующих жизнедеятельность человека	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	Устный ответ доклад Реферат Тест
ППК-2	Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма	Устный ответ доклад Реферат Тест

ППК-3	Способен проектировать комплекс взаимосвязанных приемов, методов, форм, средств обучения медико-биологического сопровождения тренировочного процесса и эффективно использовать его в образовательном процессе	ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.	Устный ответ доклад Реферат Тест
--------------	---	--	---

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		4 семестр
Контактная работа с преподавателем (всего)	34	34
В том числе:		
Лекции	8	8
Практические занятия (ПЗ)	26	26
Лабораторные работы (ЛР)	-	-
Самостоятельная работа (всего)	38	38
В том числе:		
Подготовка устных ответов	12	12
Реферат	14	14
Подготовка докладов	12	12
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачёт	зачёт
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	Общая часть	-Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа Формы и методы проведения упражнений ЛФК Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений -Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа

2	Специальная часть	<p>Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике</p> <p>Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях</p> <p>Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике</p> <p>Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике</p> <p>Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых</p> <p>Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания</p> <p>Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ</p> <p>Лечебная физическая культура и массаж при травмах</p> <p>Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения</p> <p>Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж</p>
----------	--------------------------	---

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. занят	Самост. работа	Всего часов
1	Раздел: Общая часть					
1.1	Тема: Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа Формы и методы проведения упражнений ЛФК Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	4	-	-	4	8
1.2	Тема: Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	4	-	-	4	8
2	Раздел: Специальная часть					
2.1	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	-	2	-	2	4
2.2	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	-	2	-	4	6
2.3	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	-	4	-	2	6
2.4	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	-	2	-	4	6

2.5	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	-	4	-	4	8
2.6	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	-	2	-	2	4
2.7	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	-	2	-	4	6
2.8	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	-	4	-	2	6
2.9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	-	2	-	2	4
2.10	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	-	2	-	4	6
Всего:		8	26	-	38	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	Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа. Формы и методы проведения упражнений ЛФК. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращ.	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
2	Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
3	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
4	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
5	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
6	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
7	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
8	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

9	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
10	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
11	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
12	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено

6.3. Примерная тематика рефератов

1. ЛФК при пневмонии.
2. ЛФК при бронхиальной астме.
3. ЛФК при хронических неспецифических заболеваниях легких (пневмосклероз и эмфизема).
4. ЛФК при плевритах.
5. ЛФК при гипертонической болезни.
6. ЛФК при гипотонической болезни.
7. ЛФК при язвенной болезни желудка и 12ти перстной кишки.
8. ЛФК при заболеваниях печени и желчных путей.
9. ЛФК при дисфункциях кишечника и хронических колитах.
10. ЛФК при сахарном диабете.
11. ЛФК при ожирении.
12. ЛФК при заболевании суставов (остеоартроз).
13. Реабилитация после эндопротезирования
14. ЛФК при ревматоидном артрите.
15. Профилактическая и лечебная гимнастика при болях в области шеи, плеча и синдроме боли в нижней части спины.
16. ЛФК у больных с острым нарушением мозгового кровообращения.
17. ЛФК при повреждении позвоночника.
18. ЛФК при ранениях и операциях на органах грудной клетки.
19. ЛФК при операциях на органах брюшной полости.
20. ЛФК при заболеваниях периферических сосудов.
21. Гимнастика при беременности и в послеродовом периоде.
22. ЛФК при вывихах плеча.
23. ЛФК при травме коленного сустава.
24. ЛФК при травме голеностопного сустава.
25. ЛФК при оперативном лечении аденомы предстательной железы.
26. Физкультура и спорт у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
27. Массаж и его влияние на организм, приёмы массажа и его виды.
28. Массаж при гипертонической болезни.
29. Массаж при гипотонической болезни.
30. Массаж живота и кишечника при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
31. Массаж при заболеваниях органов дыхания.
32. Массаж при травмах позвоночника.
33. Массаж при нарушении мозгового кровообращения.

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)
Раздел: Общая часть		
Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа. Формы и методы проведения упражнений ЛФК. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Раздел: Специальная часть		
Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3

Лечебная физическая культура и массаж при травмах	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3

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 – 2 балла, посещение практических занятий – 2 балла.

Устный ответ 1-5 баллов,

Доклад – 1-5 баллов

Реферат – 1-5 баллов.

Тест - 1-5 баллов.

Выполнение заданий для самостоятельной работы – 1 - 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, практических (лабораторных) занятий	0	2
	<i>Итого</i>	0	34
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. Кол-во баллов	Макс. Кол-во баллов
	Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа Формы и методы проведения упражнений ЛФК Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	1	30
	Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	1	30
	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	1	30

Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	1	30
Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	1	30
Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	1	30
Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	1	30
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	1	30
Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	1	30
Лечебная физическая культура и массаж при травмах	1	30
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	1	30
Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	1	30
Итого	12	360
Всего в семестре		
Промежуточная аттестация (зачет)		236
		394
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 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.

Пример:

Тема: Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике

Форма: самостоятельная работа

Время: продолжительность выполнения задания 30 минут

Проверяемые элементы компетенции: УК 1, ППК1, ППК2, ППК3

Задание для студентов:

Подготовить устный ответ на вопрос: «Влияние гиподинамии и переудавления на риск возникновения заболеваний сердечно-сосудистой системы»

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).

Шкала соответствия оценок и уровней сформированности компетенций

Качественная оценка уровня сформированности компетенций	Уровень			
		«Базовый»	«Повышенный»	
Квантитативная оценка	1-2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
	Тема не раскрыта. Материал подобран несоответствующий.	Тема раскрыта не полностью; коммуникативные цели сообщения реализованы недостаточно; произносительные и грамматические ошибки затрудняют понимание (допустимы 5-7 ошибок); недостаточное владение лексикой по теме.	Тема раскрыта; реализованы коммуникативные цели сообщения; произносительные и грамматические ошибки не затрудняют понимание (допустимы 3-5 ошибок); владение лексикой по теме.	Тема раскрыта полностью; реализованы коммуникативные цели сообщения; произносительные и грамматические ошибки не затрудняют понимание (допустимы 1-2 ошибки); владение лексикой по теме.

7.1.2 доклад

Доклад – подготовленное устное выступление на определённую тему, включающее постановку проблемы; изложение тезисов (положений), доказательств и примеров; выводы.

Пример:

Тема: Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания

Форма: практическое занятие

Время: продолжительность выполнения задания – 2 часа.

Проверяемые элементы компетенции: УК 1, ППК1, ППК2, ППК3

Задание для студентов:

Подготовить доклад на вопрос: «ЛФК при пневмонии»

Критерии оценки (комплексная оценка):

<p>работа полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько источников, содержит точное изложение информации, демонстрирует высокий уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.</p> <p>Студент демонстрирует глубокое знание проблемы, развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.</p> <p>Композиция доклада логичная.</p> <p>Доклад соответствует формату устного научного выступления (можно использовать конспект выступления, но при этом докладчик должен реагировать на процесс восприятия информации аудиторией).</p> <p>Речь грамотная, выразительная, не содержит речевых и стилистических ошибок.</p> <p>Оформление работы полностью соответствует стандартным требованиям.</p> <p>Регламент выступления соблюден.</p>	5 баллов
<p>работа в целом соответствует теме, которая раскрыта достаточно глубоко, опирается на несколько источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.</p> <p>Студент демонстрирует знание проблемы, отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями.</p> <p>Доклад соответствует формату устного научного выступления, (докладчик реагирует на процесс восприятия информации аудиторией).</p> <p>Текст доклада содержит отдельные речевые и стилистические ошибки.</p> <p>Оформление работы в целом соответствует стандартным требованиям.</p> <p>Регламент выступления соблюден.</p>	4 балла
<p>работа в целом соответствует теме, которая раскрыта неполно, опирается на несколько (или один) источников, содержит неточное изложение информации, демонстрирует низкий уровень эрудированности автора по данной теме, недостаточное умение осуществлять рефлексивный анализ, отсутствует логичность и грамотность подачи материала, не всегда соблюдена структура и стилистика изложения материала.</p> <p>Студент демонстрирует неглубокое знание проблемы, не всегда правильно отвечает на поставленные преподавателем вопросы, не обосновывает свою точку зрения примерами, употребляет при анализе необходимые термины, но не может пояснить их суть.</p> <p>Доклад не соответствует формату устного научного выступления (доклад зачитывается по бумаге; докладчик не реагирует на процесс восприятия информации аудиторией).</p> <p>Выступление содержит речевые и стилистические ошибки.</p> <p>Оформление работы не соответствует стандартным требованиям.</p> <p>Регламент выступления не соблюден</p>	3 балла
<p>Доклад не раскрывает тему, структура не соблюдена, материал не изложен</p>	1-2 балла

7.1.3 Реферат

Реферат – материал, подготовленный на определённую тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников; изложение содержания научной работы, книги и т. п. и оформленный по требованиям ГОСТа.

Пример:

Тема: Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания

Время: продолжительность выполнения задания – 2-4 часа(в зависимости от темы).

Проверяемые элементы компетенции: УК 1, ППК1, ППК2, ППК3

Задание для студентов:

Подготовить реферат на тему: «ЛФК при бронхиальной астме»

Критерии комплексной оценки

работа полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько реферируемых источников, содержит точное изложение информации, демонстрирует высокий уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ, логичность и грамотность подачи материала, соблюдена структура и стилистика изложения материала, оформление работы соответствует стандартным требованиям. В устной форме студент демонстрирует глубокое знание проблемы, развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.	5 баллов
работа полностью соответствует теме, которая раскрыта достаточно глубоко, опирается на несколько реферируемых источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ, логичность подачи материала, соблюдена структура и стилистика изложения материала, оформление работы соответствует стандартным требованиям. В устной форме студент демонстрирует знание проблемы, отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями.	4 балла
работа соответствует теме, которая раскрыта неполно, опирается на несколько (или один) реферируемых источников, содержит неточное изложение информации, демонстрирует низкий уровень эрудированности автора по данной теме, недостаточное умение осуществлять рефлексивный анализ, отсутствует логичность и грамотность подачи материала, не всегда соблюдена структура и стилистика изложения материала, оформление работы соответствует стандартным требованиям. В устной форме студент демонстрирует неглубокое знание проблемы, не всегда правильно отвечает на поставленные преподавателем вопросы, не обосновывает свою точку зрения примерами, употребляет при анализе необходимые термины, но не может пояснить их суть.	3 балла
Реферат не раскрывает тему, структура не соблюдена, материал не изложен	1-2 балла

7.1.4 Тест

Тесты — система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента.

Тестовая проверка знаний осуществляется в форме ответов студентов на вопросы, составленные в стандартной форме. Она реализуется или в безмашинном варианте, или с использованием средств вычислительной техники. Верность выбора ответов проверяется в первом случае с помощью шаблонов, во втором – с использованием соответствующих программ.

Примеры тестовых заданий

01.Решающим в диагностике ишемической болезни сердца является

- а) аускультация сердца
- б) анамнез
- в) наличие блокады правой ножки пучка Гиса

- г) ЭКГ
 д) недостаточность кровообращения
02. Длительный покой больного с инфарктом миокарда может привести
 а) к тахикардии
 б) к артериальной гипертензии
 в) к тромбоэмболическим осложнениям
 г) к развитию коронарных коллатералей
 д) снижению систолического объема крови
03. Ранняя активность больных после инфаркта миокарда снизила количество
 а) нарушений ритма сердца
 б) сердечного шока
 в) недостаточности кровообращения
 г) тромбоэмболических осложнений
 д) разрыва сердечных хорд
04. Факторами риска развития ишемической болезни сердца являются
 а) гиперхолестеринемия, ожирение
 б) гипокинезия
 в) гипертония
 г) нервно-эмоциональные нагрузки
 д) все перечисленное
05. Противопоказаниями к проведению интенсивных физических тренировок у больных ишемической болезнью сердца являются
 а) редкие приступы стенокардии
 б) частые приступы стенокардии
 в) возраст старше 60 лет
 г) гипертоническая болезнь II стадии
 д) острый инфаркт миокарда.
06. 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

Критерии оценивания

Критерий	Балл
91-100% правильных ответов	5
76-90% правильных ответов	4
61-75% правильных ответов	3
<60% правильных ответов	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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (устный ответ, доклад, реферат, тест)
- 3) участие в научных обществах и конференциях различного уровня (личные достижения позволяют получить до 10 баллов).

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка
			Квалитативная
высокий	<p>УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма</p> <p>ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.</p>	91-100%	зачтено
повышенный	<p>УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма</p>	76-90%	

базовый	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов	61-75%	
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<60%	не зачтено

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций		
УК	ППК	
устный ответ		
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.	
доклад		
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.	
реферат		

УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.
тест	
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

1. В.А.Епифанов. Лечебная физическая культура: Справочник. — М.: Медицина, 2004.
2. С.Н. Попов. Лечебная физическая культура.- М.: Акад. 2004.

б) дополнительная литература

1. Руководство по лечебной физкультуре/под ред. В.А. Маргазина. СПб.СецЛит. 2020. – 863 с.
2. Т.А. Евдокимова. Лечебная физическая культура. – Нов. Справочник. СПб.2004.
3. В.А. Маргазин, А.С. Носкова. Новая физическая культура в профилактике и лечении заболеваний сердца и суставов. - Яр. 2006.
4. С.М. Носков, В.А. Маргазин и соавт. Реабилитация при заболеваниях сердца и суставов. – М.; ГОЭТАР, 2010.
5. Н.А. Белая. Лечебная физическая культура и массаж. М.: Сов. СП. 2004.
6. В.А. Маргазин и соавт. Лечебная физическая культура.- Яр. 2006.

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)
5. Электронный каталог фундаментальной библиотеки ЯГПУ
6. Информационный сайт ЯГПУ им. К.Д. Ушинского (www.yspu.org)
7. Образовательный видео портал (www.univertv.ru)
8. Спортивный электронный справочник (www.fizkult-ura.ru)
9. Электронная энциклопедия (ru.wikipedia.org)
10. Поисковые системы (www.yandex.ru, www.rambler.ru, www.google.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 двигательной активности пациента и сроками клинического и функционального выздоровления.

При выполнении 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

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;
2. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
3. Медицинское оборудование- 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	Триместры
		5
Контактная работа с преподавателем (всего)	10	
В том числе:		
Лекции	4	
Практические занятия (ПЗ)	6	
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	62	
В том числе:		
Подготовка устных ответов	20	
Реферат	22	
Подготовка докладов	20	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	
Общая трудоемкость (часов)	72	
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	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. занят	Самост. работа	Всего часов
1	Раздел: Общая часть					
1.1	Тема: Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа Формы и методы проведения упражнений ЛФК Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	2	-	-	6	8

1.2	Тема: Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	2	-	-	6	8
2	Раздел: Специальная часть					
2.1	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	-	-	-	4	4
2.2	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	-	-	-	6	6
2.3	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	-	-	-	6	6
2.4	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	-	-	-	6	6
2.5	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	-	2	-	4	6
2.6	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	-	-	-	4	4
2.7	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	-	-	-	6	6
2.8	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	-	2	-	4	6
2.9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	-	-	-	4	4
2.10	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	-	2	-	6	8
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	Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа. Формы и методы проведения упражнений ЛФК. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращ.	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
2	Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

3	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
4	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
5	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
6	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
7	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
8	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
9	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
10	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
11	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
12	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический
университет им. К.Д. Ушинского»**

У Т В Е Р Ж Д А Ю
**проректор по организации образовательной
деятельности и обеспечению условий
образовательного процесса**
_____ **В.П. Завойстый**
« ____ » _____ **2020 г.**

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:
К.М.03.ДВ.02.02 Физическая Реабилитация

Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01 Педагогическое образование

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

профессор каф. МБОС и ТФК, д.м.н.

В.А. Маргазин

доцент кафедры МБОС и ТФК, к.м.н.

А.В. Коромыслов

**Утверждено на заседании кафедры
МБОС и ТФК**

« ____ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой

В.Н. Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «физическая реабилитация» (ФР) - формирование систематизированных знаний в области восстановления состояния здоровья после заболеваний, травм и операций с помощью физических упражнений.

Основными **задачами** курса являются:

- понимание теории создания комплекса ФР при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм;
- овладение навыками практической деятельности использования ФР и массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и для реабилитации;
- развитие умений первичной диагностики заболевания и уровня двигательной активности.

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

Дисциплина включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

КОМПЕТЕНЦИИ		Индикаторы	Оценочные средства
Шифр	Формулировка		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	Устный ответ доклад Реферат Тест
ППК-1	Способность организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов, регулирующих жизнедеятельность человека	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	Устный ответ доклад Реферат Тест
ППК-2	Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма	Устный ответ доклад Реферат Тест

ППК-3	Способен проектировать комплекс взаимосвязанных приемов, методов, форм, средств обучения медико-биологического сопровождения тренировочного процесса и эффективно использовать его в образовательном процессе	ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.	Устный ответ доклад Реферат Тест
--------------	---	--	---

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		4 семестр
Контактная работа с преподавателем (всего)	34	34
В том числе:		
Лекции	8	8
Практические занятия (ПЗ)	26	26
Лабораторные работы (ЛР)	-	-
Самостоятельная работа (всего)	38	38
В том числе:		
Подготовка устных ответов	12	12
Реферат	14	14
Подготовка докладов	12	12
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачёт	зачёт
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	Общая часть	-Общие основы ФР Формы и методы проведения упражнений ФР Дозировка и оценка величины нагрузки в ФР по частоте сердечных сокращений -Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа

2	Специальная часть	<p>Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике</p> <p>Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях</p> <p>Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике</p> <p>Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике</p> <p>Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых</p> <p>Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания</p> <p>Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ</p> <p>Лечебная физическая культура и массаж при травмах</p> <p>Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения</p> <p>Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж</p>
----------	--------------------------	---

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. занят	Самост. работа	Всего часов
1	Раздел: Общая часть					
1.1	Общие основы ФР Формы и методы проведения упражнений ФР Дозировка и оценка величины нагрузки в ФР по частоте сердечных сокращений	4	-	-	4	8
1.2	Тема: Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	4	-	-	4	8
2	Раздел: Специальная часть					
2.1	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	-	2	-	2	4
2.2	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	-	2	-	4	6
2.3	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	-	4	-	2	6
2.4	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	-	2	-	4	6

2.5	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	-	4	-	4	8
2.6	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	-	2	-	2	4
2.7	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	-	2	-	4	6
2.8	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	-	4	-	2	6
2.9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	-	2	-	2	4
2.10	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	-	2	-	4	6
Всего:		8	26	-	38	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	Общие основы ФР. Формы и методы проведения упражнений ФР. Дозировка и оценка величины нагрузки в ФР по частоте сердечных сокращений	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
2	Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
3	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
4	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
5	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
6	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
7	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
8	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

9	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
10	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
11	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
12	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено

6.3. Примерная тематика рефератов

1. ЛФК при пневмонии.
2. ЛФК при бронхиальной астме.
3. ЛФК при хронических неспецифических заболеваниях легких (пневмосклероз и эмфизема).
4. ЛФК при плевритах.
5. ЛФК при гипертонической болезни.
6. ЛФК при гипотонической болезни.
7. ЛФК при язвенной болезни желудка и 12ти перстной кишки.
8. ЛФК при заболеваниях печени и желчных путей.
9. ЛФК при дисфункциях кишечника и хронических колитах.
10. ЛФК при сахарном диабете.
11. ЛФК при ожирении.
12. ЛФК при заболевании суставов (остеоартроз).
13. Реабилитация после эндопротезирования
14. ЛФК при ревматоидном артрите.
15. Профилактическая и лечебная гимнастика при болях в области шеи, плеча и синдроме боли в нижней части спины.
16. ЛФК у больных с острым нарушением мозгового кровообращения.
17. ЛФК при повреждении позвоночника.
18. ЛФК при ранениях и операциях на органах грудной клетки.
19. ЛФК при операциях на органах брюшной полости.
20. ЛФК при заболеваниях периферических сосудов.
21. Гимнастика при беременности и в послеродовом периоде.
22. ЛФК при вывихах плеча.
23. ЛФК при травме коленного сустава.
24. ЛФК при травме голеностопного сустава.
25. ЛФК при оперативном лечении аденомы предстательной железы.
26. Физкультура и спорт у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
27. Массаж и его влияние на организм, приёмы массажа и его виды.
28. Массаж при гипертонической болезни.
29. Массаж при гипотонической болезни.
30. Массаж живота и кишечника при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
31. Массаж при заболеваниях органов дыхания.
32. Массаж при травмах позвоночника.
33. Массаж при нарушении мозгового кровообращения.

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)
Раздел: Общая часть		
Общие основы ФР Формы и методы проведения упражнений ФР Дозировка и оценка величины нагрузки в ФР по частоте сердечных сокращений	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Раздел: Специальная часть		
Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3

Лечебная физическая культура и массаж при травмах	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3
Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	Устный ответ доклад Реферат Тест	УК-1 ППК-1 ППК-2 ППК-3

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 – 2 балла, посещение практических занятий – 2 балла.

Устный ответ 1-5 баллов,

Доклад – 1-5 баллов

Реферат – 1-5 баллов.

Тест - 1-5 баллов.

Выполнение заданий для самостоятельной работы – 1 - 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, практических (лабораторных) занятий	0	2
	<i>Итого</i>	0	34
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. Кол-во баллов	Макс. Кол-во баллов
	Общие основы ФР Формы и методы проведения упражнений ФР Дозировка и оценка величины нагрузки в ФР по частоте сердечных сокращений	1	30
	Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	1	30
	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	1	30
	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	1	30

Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	1	30
Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	1	30
Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	1	30
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	1	30
Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	1	30
Лечебная физическая культура и массаж при травмах	1	30
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	1	30
Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	1	30
Итого	12	360
Всего в семестре		
Промежуточная аттестация (зачет)	236	394
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 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.

Пример:

Тема: Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике

Форма: самостоятельная работа

Время: продолжительность выполнения задания 30 минут

Проверяемые элементы компетенции: УК 1, ППК1, ППК2, ППК3

Задание для студентов:

Подготовить устный ответ на вопрос: «Влияние гиподинамии и переудания на риск возникновения заболеваний сердечно-сосудистой системы»

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).

Шкала соответствия оценок и уровней сформированности компетенций

Качественная оценка уровня сформированности компетенций	Уровень			
		«Базовый»	«Повышенный»	
Квантитативная оценка	1-2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
	Тема не раскрыта. Материал подобран несоответствующий.	Тема раскрыта не полностью; коммуникативные цели сообщения реализованы недостаточно; произносительные и грамматические ошибки затрудняют понимание (допустимы 5-7 ошибок); недостаточное владение лексикой по теме.	Тема раскрыта; реализованы коммуникативные цели сообщения; произносительные и грамматические ошибки не затрудняют понимание (допустимы 3-5 ошибок); владение лексикой по теме.	Тема раскрыта полностью; реализованы коммуникативные цели сообщения; произносительные и грамматические ошибки не затрудняют понимание (допустимы 1-2 ошибки); владение лексикой по теме.

7.1.2 доклад

Доклад – подготовленное устное выступление на определённую тему, включающее постановку проблемы; изложение тезисов (положений), доказательств и примеров; выводы.

Пример:

Тема: Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания

Форма: практическое занятие

Время: продолжительность выполнения задания – 2 часа.

Проверяемые элементы компетенции: УК 1, ППК1, ППК2, ППК3

Задание для студентов:

Подготовить доклад на вопрос: «ЛФК при пневмонии»

Критерии оценки (комплексная оценка):

<p>работа полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько источников, содержит точное изложение информации, демонстрирует высокий уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.</p> <p>Студент демонстрирует глубокое знание проблемы, развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.</p> <p>Композиция доклада логичная.</p> <p>Доклад соответствует формату устного научного выступления (можно использовать конспект выступления, но при этом докладчик должен реагировать на процесс восприятия информации аудиторией).</p> <p>Речь грамотная, выразительная, не содержит речевых и стилистических ошибок.</p> <p>Оформление работы полностью соответствует стандартным требованиям.</p> <p>Регламент выступления соблюден.</p>	5 баллов
<p>работа в целом соответствует теме, которая раскрыта достаточно глубоко, опирается на несколько источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.</p> <p>Студент демонстрирует знание проблемы, отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями.</p> <p>Доклад соответствует формату устного научного выступления, (докладчик реагирует на процесс восприятия информации аудиторией).</p> <p>Текст доклада содержит отдельные речевые и стилистические ошибки.</p> <p>Оформление работы в целом соответствует стандартным требованиям.</p> <p>Регламент выступления соблюден.</p>	4 балла
<p>работа в целом соответствует теме, которая раскрыта неполно, опирается на несколько (или один) источников, содержит неточное изложение информации, демонстрирует низкий уровень эрудированности автора по данной теме, недостаточное умение осуществлять рефлексивный анализ, отсутствует логичность и грамотность подачи материала, не всегда соблюдена структура и стилистика изложения материала.</p> <p>Студент демонстрирует неглубокое знание проблемы, не всегда правильно отвечает на поставленные преподавателем вопросы, не обосновывает свою точку зрения примерами, употребляет при анализе необходимые термины, но не может пояснить их суть.</p> <p>Доклад не соответствует формату устного научного выступления (доклад зачитывается по бумаге; докладчик не реагирует на процесс восприятия информации аудиторией).</p> <p>Выступление содержит речевые и стилистические ошибки.</p> <p>Оформление работы не соответствует стандартным требованиям.</p> <p>Регламент выступления не соблюден</p>	3 балла
<p>Доклад не раскрывает тему, структура не соблюдена, материал не изложен</p>	1-2 балла

7.1.3 Реферат

Реферат – материал, подготовленный на определённую тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников; изложение содержания научной работы, книги и т. п. и оформленный по требованиям ГОСТа.

Пример:

Тема: Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания

Время: продолжительность выполнения задания – 2-4 часа(в зависимости от темы).

Проверяемые элементы компетенции: УК 1, ППК1, ППК2, ППК3

Задание для студентов:

Подготовить реферат на тему: «ЛФК при бронхиальной астме»

Критерии комплексной оценки

работа полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько реферируемых источников, содержит точное изложение информации, демонстрирует высокий уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ, логичность и грамотность подачи материала, соблюдена структура и стилистика изложения материала, оформление работы соответствует стандартным требованиям. В устной форме студент демонстрирует глубокое знание проблемы, развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.	5 баллов
работа полностью соответствует теме, которая раскрыта достаточно глубоко, опирается на несколько реферируемых источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ, логичность подачи материала, соблюдена структура и стилистика изложения материала, оформление работы соответствует стандартным требованиям. В устной форме студент демонстрирует знание проблемы, отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале); устанавливает причинно-следственные связи между анализируемыми вопросами и объясняет происходящее с точки зрения соответствующих теоретических положений; оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями.	4 балла
работа соответствует теме, которая раскрыта неполно, опирается на несколько (или один) реферируемых источников, содержит неточное изложение информации, демонстрирует низкий уровень эрудированности автора по данной теме, недостаточное умение осуществлять рефлексивный анализ, отсутствует логичность и грамотность подачи материала, не всегда соблюдена структура и стилистика изложения материала, оформление работы соответствует стандартным требованиям. В устной форме студент демонстрирует неглубокое знание проблемы, не всегда правильно отвечает на поставленные преподавателем вопросы, не обосновывает свою точку зрения примерами, употребляет при анализе необходимые термины, но не может пояснить их суть.	3 балла
Реферат не раскрывает тему, структура не соблюдена, материал не изложен	1-2 балла

7.1.4 Тест

Тесты — система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений студента.

Тестовая проверка знаний осуществляется в форме ответов студентов на вопросы, составленные в стандартной форме. Она реализуется или в безмашинном варианте, или с использованием средств вычислительной техники. Верность выбора ответов проверяется в первом случае с помощью шаблонов, во втором – с использованием соответствующих программ.

Примеры тестовых заданий

01.Решающим в диагностике ишемической болезни сердца является

- а) аускультация сердца
- б) анамнез
- в) наличие блокады правой ножки пучка Гиса

- г) ЭКГ
 д) недостаточность кровообращения
02. Длительный покой больного с инфарктом миокарда может привести
 а) к тахикардии
 б) к артериальной гипертензии
 в) к тромбоэмболическим осложнениям
 г) к развитию коронарных коллатералей
 д) снижению систолического объема крови
03. Ранняя активность больных после инфаркта миокарда снизила количество
 а) нарушений ритма сердца
 б) сердечного шока
 в) недостаточности кровообращения
 г) тромбоэмболических осложнений
 д) разрыва сердечных хорд
04. Факторами риска развития ишемической болезни сердца являются
 а) гиперхолестеринемия, ожирение
 б) гипокинезия
 в) гипертония
 г) нервно-эмоциональные нагрузки
 д) все перечисленное
05. Противопоказаниями к проведению интенсивных физических тренировок у больных ишемической болезнью сердца являются
 а) редкие приступы стенокардии
 б) частые приступы стенокардии
 в) возраст старше 60 лет
 г) гипертоническая болезнь II стадии
 д) острый инфаркт миокарда.
06. 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

Критерии оценивания

Критерий	Балл
91-100% правильных ответов	5
76-90% правильных ответов	4
61-75% правильных ответов	3
<60% правильных ответов	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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (устный ответ, доклад, реферат, тест)
- 3) участие в научных обществах и конференциях различного уровня (личные достижения позволяют получить до 10 баллов).

7.2.2 Критерии оценки результатов прохождения студентом промежуточной аттестации по дисциплине

Уровень проявления компетенций	Качественная характеристика	Количественный показатель (баллы БРС)	Оценка
			Квалитативная
высокий	<p>УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов</p> <p>ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма</p> <p>ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.</p>	91-100%	зачтено
повышенный	<p>УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними</p> <p>ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта</p> <p>ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма</p>	76-90%	

базовый	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов	61-75%	
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<60%	не зачтено

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций		
УК	ППК	
устный ответ		
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.	
доклад		
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.	
реферат		

УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.
тест	
УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	ППК-1.1 Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта ППК-1.3 Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.
УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе, опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма ППК-3.2 Проектирует образовательный процесс с учетом знания уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся и физиологических основ тренировочного процесса.

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

1. В.А.Епифанов. Лечебная физическая культура: Справочник. — М.: Медицина, 2004.
2. С.Н. Попов. Лечебная физическая культура.- М.: Акад. 2004.

б) дополнительная литература

1. Руководство по лечебной физкультуре/под ред. В.А. Маргазина. СПб.СецЛит. 2020. – 863 с.
2. Т.А. Евдокимова. Лечебная физическая культура. – Нов. Справочник. СПб.2004.
3. В.А. Маргазин, А.С. Носкова. Новая физическая культура в профилактике и лечении заболеваний сердца и суставов. - Яр. 2006.
4. С.М. Носков, В.А. Маргазин и соавт. Реабилитация при заболеваниях сердца и суставов. – М.; ГОЭТАР, 2010.
5. Н.А. Белая. Лечебная физическая культура и массаж. М.: Сов. СП. 2004.
6. В.А. Маргазин и соавт. Лечебная физическая культура.- Яр. 2006.

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)
5. Электронный каталог фундаментальной библиотеки ЯГПУ
6. Информационный сайт ЯГПУ им. К.Д. Ушинского (www.yspu.org)
7. Образовательный видео портал (www.univertv.ru)
8. Спортивный электронный справочник (www.fizkult-ura.ru)
9. Электронная энциклопедия (ru.wikipedia.org)
10. Поисковые системы (www.yandex.ru, www.rambler.ru, www.google.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 двигательной активности пациента и сроками клинического и функционального выздоровления.

При выполнении 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

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;
2. Задания для работы студентов, обучающихся по индивидуальному графику;
3. Медицинское оборудование- 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	Триместры
		5
Контактная работа с преподавателем (всего)	10	
В том числе:		
Лекции	4	
Практические занятия (ПЗ)	6	
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	62	
В том числе:		
Подготовка устных ответов	20	
Реферат	22	
Подготовка докладов	20	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	
Общая трудоемкость (часов)	72	
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	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. занят	Самост. работа	Всего часов
1	Раздел: Общая часть					
1.1	Общие основы ФР Формы и методы проведения упражнений ФР Дозировка и оценка величины нагрузки в ФР по частоте сердечных сокращений	2	-	-	6	8
1.2	Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	2	-	-	6	8

2	Раздел: Специальная часть					
2.1	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	-	-	-	4	4
2.2	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	-	-	-	6	6
2.3	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	-	-	-	6	6
2.4	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	-	-	-	6	6
2.5	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	-	2	-	4	6
2.6	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	-	-	-	4	4
2.7	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	-	-	-	6	6
2.8	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	-	2	-	4	6
2.9	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	-	-	-	4	4
2.10	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	-	2	-	6	8
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	Общие основы ФР Формы и методы проведения упражнений ФР Дозировка и оценка величины нагрузки в ФР по частоте сердечных сокращений	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
2	Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приемы классического, гигиенического лечебного и реабилитационного массажа	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
3	Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и роль ЛФК и в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

4	Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры и массажа в дошкольных детских учреждениях	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
5	Факторы риска хронических заболеваний органов дыхания у детей и роль ЛФК в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
6	Факторы риска гипертонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
7	Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
8	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
9	Методика ЛФК и массажа при ожирении и других нарушениях обмена веществ	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
10	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
11	Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата
12	Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж, самомассаж, косметический массаж	Подготовка к устному ответу, докладу; Подготовка реферата

Министерство науки и высшего образования 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

_____ В.П. Завойстый

« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:

К.М.03.ДВ.03.01

**Физиологическое обоснование
тренировочного процесса**

**Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01. Педагогическое образование**

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры МБОС и ТФК
Кандидат фармацевтических наук

А.В. Лебедев

Утверждено на заседании кафедры
теории физической культуры
МБОС и ТФК

« __ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой профессор

В.Н.Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Физиологическое обоснование тренировочного процесса» - формирование комплексных глубоких знаний о динамических изменениях в процессах, протекающих в различных системах организма, их качественном и количественном характере, позитивной и негативной их направленности при адаптации к физическим нагрузкам разного типа в ходе тренировки и использование этих знаний для наиболее эффективного, правильного и безопасного построения тренировочной работы.

Основными *задачами* курса являются:

- формирование знаний о тесной взаимосвязи совершенствования жизненно важных процессов в организме и успешной спортивной тренировки;
- глубокое изучение физиологических основ тренировочного процесса;
- получение знаний о реакции разных систем организма на тренировку.
- получение разносторонней информации о работе систем и органов при развитии тренированности в различных видах спорта
- усвоение знаний о наиболее частых нарушениях тренировочного процесса и возникающих в результате отклонениях в работе органов и систем
- получение информации о наиболее часто встречающихся патологических состояниях спортсменов, строящих тренировку без физиологического обоснования.
- усвоение навыков правильного индивидуального планирования тренировочной работы с учетом особенностей адаптации всех систем организма.

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		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий	УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	Доклад Проект Устный опрос
ППК-1	Способность организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-	ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта. ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	Доклад Проект

	биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека		
ППК-2	Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.	Проект Устный опрос

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		3
Контактная работа с преподавателем (всего)	30	30
В том числе:		
Лекции	8	8
Практические занятия (ПЗ)	22	22
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	42	42
В том числе:		
Курсовая работа (проект)		
Реферат	30	30
Другие виды самостоятельной работы		
Анализ литературных данных	12	12
Просмотр видеоматериалов		
Подготовка документации		
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	36	экзамен

Общая трудоемкость (часов)	108	108
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Физиология тренировочного процесса	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки. Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление. Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.
2	Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости. Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне. Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.
3	Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике, гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте, стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.
4	Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа. Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма. Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.
5	Спортивное сердце	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности. Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца. «Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.
6	Некоторые патологические и	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм. Отклонения в

предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	массе тела. Депрессия. Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Нарушения, происходящие в организме спортсменов. Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.
---	---

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Лекции	Практ. занятия	Лабор. зан	Самост. работа	Всего часов
1	Физиология тренировочного процесса	2	4		7	13
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	2	2		3	7
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.		1		2	3
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.		1		2	3
2	Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	1	4		7	12
2.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	1			3	4
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне		2		2	4
2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.		2		2	4
3	Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной		4		7	11

	нагрузке в определенных видах спорта					
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике		1		2	3
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях		1		2	3
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте		1		2	3
3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.		1		1	3
4	Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	2	2		7	11
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.		2		2	4
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	2			3	5
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.				2	2
5	«Спортивное сердце»	1	4		7	12
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	1	2		3	6
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки				2	2

	спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.					
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.		2		2	4
6	Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	2	4		7	13
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.				1	1
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.				1	1
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.				1	1
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.		2		2	4
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	2	2		2	6
	Контроль:					36
	Всего	8	22		42	108

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 1. Физиология тренировочного процесса	
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Дезадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
2	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	
2.1	Реакции и изменения в процессах,	Подготовка реферата или доклада с

	протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта	
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
4	Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
5	Раздел 5. «Спортивное сердце»	
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам

	особенности	раздела.
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6	Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Физиология спортивной тренировки.
2. Физиология тренировки силы.
3. Физиология тренировки выносливости.
4. Физиология тренировки ловкости.
5. Физиология тренировки гибкости.
6. Физиологические особенности тренировки возрастных спортсменов
7. Физиологические основы тренировки в ациклических видах спорта .
8. Физиологические основы тренировки в циклических видах спорта.
9. Физиология тренировки спортсменов.
10. Эмоции и спорт.
11. Факторы, ограничивающие успешное развитие тренируемых качеств.
12. Перетренированность.
13. Восстановление после анаэробной работы.
14. Восстановление после аэробной работы.
15. Работа организма в условиях лактат-ацидоза.
16. Ложное и истинное устойчивое состояние.
17. Особенности мертвой точки в разных видах спорта.
18. Особенности вработывания в разных видах спорта.

19. Особенности утомления в разных видах спорта.

20. История развития учения о спортивной тренировке. Работы И.П.Павлова, С.К.Анохина, В.С.Фарфеля и др.

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 1. Физиология тренировочного процесса		
Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Дезадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	Доклад, устный опрос	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	Доклад, устный опрос	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	Доклад, устный опрос	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку		
Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта		
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1

Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании, прыжках с парашютом.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу		
Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 5. «Спортивное сердце»		
Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке		
Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1

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.

Выполнение практических заданий – 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	
Контроль посещаемости	Посещение лекционных, практических (лабораторных) занятий	1	15	
	Итого	1	15	
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов	
	Раздел 1. Физиология тренировочного процесса			
	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Дезадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	1	10	
	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	1	10	
	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	1	10	
	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку			
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	1	10	
	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	1	10	
	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	1	10	
	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта			
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	1	10	
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	1	10	
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при	1	10	

развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте		
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.	1	10
Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу		
Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	1	10
Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	1	10
Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	1	10
Раздел 5. «Спортивное сердце»		
Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	1	10
Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	1	10
«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	1	10
Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке		
Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	1	10
Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	1	10
Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	1	10
Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	1	10
Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	1	10
Промежуточная аттестация (экзамен)	10	50
ИТОГО	32	275
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. 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

Тема: Сообщение по теме «Механизмы снижения эффективности тренировки у высококвалифицированных спортсменов».

Форма: самостоятельная работа

Время: продолжительность выполнения задания – 30 минут.

Проверяемые элементы компетенции:

УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий,

ППК-1 Способен организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека

ППК-2 Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.

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

7.1.2. Доклад

Доклад – подготовленное устное выступление на определённую тему, включающее постановку проблемы; изложение тезисов (положений), доказательств и примеров; выводы.

Доклад имеет следующие **признаки**:

- включает основные тезисы (положения), которые подкреплены доказательствами и примерами;
- допускает обоснованную субъективную позицию;
- ориентирован на устное изложение текста и подразумевает общение с аудиторией, возможность и способность донести до неё информацию по проблеме исследования, умение доказать свою точку зрения.

Доклад не только передаёт научную и учебную информацию, но и нацелен на получение обратной связи в процессе ее восприятия и усвоения аудиторией. Доклад как оценочное средство способствует формированию навыков исследовательской работы, ответственности за высказанные положения, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить. Данное оценочное средство служит последующему развитию у обучающихся отдельных компонентов компетенций на аудиторных занятиях и в рамках самостоятельной работы.

Проверяемые элементы компетенции:

УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий,

ППК-1 Способен организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека

ППК-2 Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.

Примеры заданий

Задание к семинару:

Подготовить доклад об особенностях развития перетренированности второго типа при неправильно построенной тренировке. Выступление не более 5 мин, в течение которых докладчик должен озвучить следующие параметры: определение, виды, факторы, определяющих ее особенности, особенности вида спорта. Творческая форма выполнения заданий приветствуется и оценивается дополнительными баллами.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
выступление полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.	2,5 балла
развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале);	2,5 балла
свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.3. Презентация

Презентация – совокупный «продукт», его составляющие: текст, визуальный ряд, звуковой ряд. Материал слайдов реализует функцию передачи информации, а также получения обратной

связи в процессе ее восприятия и усвоения с целью последующего развития у обучающихся отдельных компонентов компетенций на аудиторных занятиях и в рамках самостоятельной работы. Презентация с использованием проекционного оборудования.

Применение проекционного оборудования оказывает сильное воздействие на эмоциональный настрой аудитории, помогает докладчику добиться понимания слушателей.

Проверяемые элементы компетенции:

УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий,

ППК-1 Способен организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека

ППК-2 Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.

Примеры заданий

Задание к семинару:

Тема: программа профилактики «негативного» спортивного сердца с помощью правильного построения тренировочного процесса

Форма: доклад, сопровождаемый видео- презентацией материалов по теме выступления на занятии

Курс: 2 курс

Дисциплина: Физиологическое обоснование тренировочного процесса

Методы: дискуссия по содержанию выступления и форме подачи презентационных материалов, анализ выступления и презентации.

Время: продолжительность презентации - 20 минут; продолжительность выполнения задания – 6-7 часов.

Направление: педагогическое образование

Цель изучения дисциплины: формирование готовности к профессиональной и педагогической деятельности в условиях физкультурной деятельности

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
выступление полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.	2,5 балла
развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале);	2,5 балла
свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Максимальный балл	10

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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (устный опрос, доклад, презентация и т.д.);

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	<p>УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.</p> <p>УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.</p> <p>ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.</p> <p>ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.</p>	27-32/ 260-275		отлично
повышенный	<p>УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.</p> <p>УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.</p> <p>ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.</p> <p>ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.</p>	24-26/ 250-259		хорошо
базовый	<p>УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.</p> <p>УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.</p> <p>ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.</p> <p>ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на</p>	21-23/ 230-249		удовлетворительно

	знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.			
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<21/ <230		неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
УК; ППК	
Устный опрос	
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	
УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	
ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.	
ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма	
Доклад	
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	
УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	
ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма	
Презентация	
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	
УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	
ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.	
ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

- 1.Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Текст]: учебник для образовательных учреждений вузов по направлению 032100 - Физическая культура. / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2012. - 618 с.
2. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник.- М.: «Советский спорт».- 2003.- 480.
3. Дубровский В.И. Физиология спорта.- М.: Владос.- учеб. для вузов.- 2005.

б) Дополнительная.

1. Фомин Н.А. Физиология человека. М.,1982.
2. Физиология человека/Под ред. Н.В.Зимкина.М.,1970.
3. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. М.,1991
4. Анохин П.К. Очерки физиологии функциональных систем. М.,1975.
5. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. М.,1966.
6. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. М.,1991.
7. Руководство по физиологии: Физиология мышечной деятельности, труда и спорта. Л.,1969.
8. Спортивная физиология/Под ред. Я.М.Коца.М.,1986.
9. Фарфель В.С. Физиология спорта.М.,1960.
10. Физиология мышечной деятельности/Под ред.Я.М.Коца.М.,1982.
11. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта.М.,1980.
- 12.Мельников А.А., Викулов А.Д. Физиологические основы оздоровительной физической культуры. Учебное пособие. Ярославль.: Изд-во ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2018. - 217 с.
- 13.Физиология центральной нервной системы [Текст]: учебное пособие для студентов медицинских вузов. / В. М. Смирнов [и др.] - 6-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 367 с.
- 14.Мельников А.А. Физиологические основы спортивной подготовки: учебное пособие. – Ярославль. Изд-во ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2006. – 180 с.

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) <http://ru.wikipedia.org> – Интернет-сайт - русскоязычная энциклопедия
- 2) <http://www.anatomy.tj/> - Интернет-сайт анатомического атласа человека
- 3) <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339/> - единый электронный каталог статей, авторефератов и диссертаций Российской государственной библиотеки
- 4) <http://meduniver.com> - электронный сайт, посвященный всем разделам по физиологии и смежным с ней наукам, содержит бесплатные полнотекстовые электронные книги, атласы, учебники и видеоролики на русском, английском и немецком языках.
- 5) <http://cito-web.yspu.org/cito/node2.html> - свободные полнотекстовые электронные ресурсы ЯГПУ им. К.Д. Ушинского по изучаемым дисциплинам
- 6) <http://www.ncbi.nlm.nih.gov> – электронный сайт Национальной медицинской библиотеки США. Это самая крупная база данных, опубликованной медицинской информации в мире, охватывающая около 75 процентов всех мировых изданий. В создании базы принимают участие интернациональные и сотрудничающие организации. На сайте содержатся резюме и полнотекстовые научные статьи по всем направлениям биологии, медицины и физиологии.
- 7) 1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
- 8) 2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>)
- 9) 3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» <http://elib.gnpbu.ru/>.

- 10) 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.

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

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместр
		5
Контактная работа с преподавателем (всего)	10	10
В том числе:		
Лекции	4	4
Практические занятия (ПЗ)	6	6
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	98	98
В том числе:		
Курсовая работа (проект)		
Реферат	70	70
Другие виды самостоятельной работы		
Анализ литературных данных	10	10
Просмотр видеоматериалов	10	10
Подготовка документации	8	8
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		
Общая трудоемкость (часов)	108	108
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	3

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Количество часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. зан	Самост. работа	Всего часов
1	Раздел 1. Физиология тренировочного процесса	2	1		16	19
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная	2	1		6	9

	адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.					
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.				5	5
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.				5	5
2	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	1	1		16	18
2.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	1	1		6	8
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне				5	5
2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.				5	5
3	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта		1		16	17
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике		1		4	5
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях				4	4
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте				4	4

3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.				4	4
4	Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	1	1		16	18
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	1	1		6	8
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.				6	6
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.				4	4
5	Раздел 5. «Спортивное сердце»		1		16	17
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности		1		8	9
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.				4	4
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.				4	4
6	Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке		1		18	19
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.				2	2
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеноч-				4	4

	ный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.					
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.				4	4
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.				4	4
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.		1		4	5
	Всего	4	6		98	108

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 1. Физиология тренировочного процесса	
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
2	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	
2.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.

2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта	
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
4	Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.

5	Раздел 5. «Спортивное сердце»	
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6	Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.

Министерство науки и высшего образования 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

_____ В.П. Завойстый

« ____ » _____ 2020 г.

Программа учебной дисциплины

Наименование дисциплины:

К.М.03.ДВ.03.01

**Физиологическое обоснование
тренировочного процесса**

**Рекомендуется для направления подготовки:
44.04.01. Педагогическое образование**

(направленность (профиль) Технологии спортивной подготовки)

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Разработчики:

Доцент кафедры МБОС и ТФК
Кандидат фармацевтических наук

А.В. Лебедев

Утверждено на заседании кафедры
теории физической культуры
МБОС и ТФК

« ____ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

Зав. кафедрой профессор

В.Н.Левин

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины «Физиологическое обоснование тренировочного процесса» - формирование комплексных глубоких знаний о динамических изменениях в процессах, протекающих в различных системах организма, их качественном и количественном характере, позитивной и негативной их направленности при адаптации к физическим нагрузкам разного типа в ходе тренировки и использование этих знаний для наиболее эффективного, правильного и безопасного построения тренировочной работы.

Основными *задачами* курса являются:

- формирование знаний о тесной взаимосвязи совершенствования жизненно важных процессов в организме и успешной спортивной тренировки;
- глубокое изучение физиологических основ тренировочного процесса;
- получение знаний о реакции разных систем организма на тренировку.
- получение разносторонней информации о работе систем и органов при развитии тренированности в различных видах спорта
- усвоение знаний о наиболее частых нарушениях тренировочного процесса и возникающих в результате отклонениях в работе органов и систем
- получение информации о наиболее часто встречающихся патологических состояниях спортсменов, строящих тренировку без физиологического обоснования.
- усвоение навыков правильного индивидуального планирования тренировочной работы с учетом особенностей адаптации всех систем организма.

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		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий	УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	Доклад Проект Устный опрос
ППК-1	Способность организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-	ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта. ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	Доклад Проект

	биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека		
ППК-2	Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.	ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.	Проект Устный опрос

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		3
Контактная работа с преподавателем (всего)	30	30
В том числе:		
Лекции	8	8
Практические занятия (ПЗ)	22	22
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	42	42
В том числе:		
Курсовая работа (проект)		
Реферат	30	30
Другие виды самостоятельной работы		
Анализ литературных данных	12	12
Просмотр видеоматериалов		
Подготовка документации		
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	36	экзамен

Общая трудоемкость (часов)	108	108
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Наименование тем
1	Физиология тренировочного процесса	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки. Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление. Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.
2	Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости. Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне. Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.
3	Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике, гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте, стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.
4	Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа. Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма. Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.
5	Спортивное сердце	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности. Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца. «Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.
6	Некоторые патологические и	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм. Отклонения в

предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	массе тела. Депрессия. Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Нарушения, происходящие в организме спортсменов. Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.
---	---

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Лекции	Практ. занятия	Лабор. зан	Самост. работа	Всего часов
1	Физиология тренировочного процесса	2	4		7	13
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	2	2		3	7
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.		1		2	3
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.		1		2	3
2	Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	1	4		7	12
2.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	1			3	4
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне		2		2	4
2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.		2		2	4
3	Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной		4		7	11

	нагрузке в определенных видах спорта					
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике		1		2	3
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях		1		2	3
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте		1		2	3
3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.		1		1	3
4	Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	2	2		7	11
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.		2		2	4
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	2			3	5
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.				2	2
5	«Спортивное сердце»	1	4		7	12
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	1	2		3	6
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки				2	2

	спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.					
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.		2		2	4
6	Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	2	4		7	13
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.				1	1
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.				1	1
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.				1	1
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.		2		2	4
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	2	2		2	6
	Контроль:					36
	Всего	8	22		42	108

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 1. Физиология тренировочного процесса	
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Дезадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
2	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	
2.1	Реакции и изменения в процессах,	Подготовка реферата или доклада с

	протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта	
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
4	Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
5	Раздел 5. «Спортивное сердце»	
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам

	особенности	раздела.
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6	Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	Подготовка реферата или доклада с использованием современных научных статей, монографий интернет-сообщений по темам раздела.

6.2. Тематика курсовых работ (проектов) не предусмотрено.

6.3. Примерная тематика рефератов

1. Физиология спортивной тренировки.
2. Физиология тренировки силы.
3. Физиология тренировки выносливости.
4. Физиология тренировки ловкости.
5. Физиология тренировки гибкости.
6. Физиологические особенности тренировки возрастных спортсменов
7. Физиологические основы тренировки в ациклических видах спорта .
8. Физиологические основы тренировки в циклических видах спорта.
9. Физиология тренировки спортсменов.
10. Эмоции и спорт.
11. Факторы, ограничивающие успешное развитие тренируемых качеств.
12. Перетренированность.
13. Восстановление после анаэробной работы.
14. Восстановление после аэробной работы.
15. Работа организма в условиях лактат-ацидоза.
16. Ложное и истинное устойчивое состояние.
17. Особенности мертвой точки в разных видах спорта.
18. Особенности вратывания в разных видах спорта.

19. Особенности утомления в разных видах спорта.

20. История развития учения о спортивной тренировке. Работы И.П.Павлова, С.К.Анохина, В.С.Фарфеля и др.

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 1. Физиология тренировочного процесса		
Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Дезадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	Доклад, устный опрос	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	Доклад, устный опрос	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	Доклад, устный опрос	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку		
Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта		
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1

Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании, прыжках с парашютом.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу		
Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 5. «Спортивное сердце»		
Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке		
Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1
Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	Доклад, устный опрос, презентация	УК- 1.1, 1.4; ППК 1.1,1.3,2.1

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.

Выполнение практических заданий – 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	
Контроль посещаемости	Посещение лекционных, практических (лабораторных) занятий	1	15	
	Итого	1	15	
Контроль работы на занятиях	Наименование темы	Мин. кол-во баллов	Макс. кол-во баллов	
	Раздел 1. Физиология тренировочного процесса			
	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Дезадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	1	10	
	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	1	10	
	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	1	10	
	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку			
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	1	10	
	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	1	10	
	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	1	10	
	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта			
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	1	10	
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	1	10	
	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при	1	10	

развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте		
Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.	1	10
Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу		
Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	1	10
Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	1	10
Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	1	10
Раздел 5. «Спортивное сердце»		
Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	1	10
Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	1	10
«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	1	10
Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке		
Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	1	10
Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	1	10
Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	1	10
Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	1	10
Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	1	10
Промежуточная аттестация (экзамен)	10	50
ИТОГО	32	275
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. 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

Тема: Сообщение по теме «Механизмы снижения эффективности тренировки у высококвалифицированных спортсменов».

Форма: самостоятельная работа

Время: продолжительность выполнения задания – 30 минут.

Проверяемые элементы компетенции:

УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий,

ППК-1 Способен организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека

ППК-2 Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.

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

7.1.2. Доклад

Доклад – подготовленное устное выступление на определённую тему, включающее постановку проблемы; изложение тезисов (положений), доказательств и примеров; выводы.

Доклад имеет следующие **признаки**:

- включает основные тезисы (положения), которые подкреплены доказательствами и примерами;
- допускает обоснованную субъективную позицию;
- ориентирован на устное изложение текста и подразумевает общение с аудиторией, возможность и способность донести до неё информацию по проблеме исследования, умение доказать свою точку зрения.

Доклад не только передаёт научную и учебную информацию, но и нацелен на получение обратной связи в процессе ее восприятия и усвоения аудиторией. Доклад как оценочное средство способствует формированию навыков исследовательской работы, ответственности за высказанные положения, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить. Данное оценочное средство служит последующему развитию у обучающихся отдельных компонентов компетенций на аудиторных занятиях и в рамках самостоятельной работы.

Проверяемые элементы компетенции:

УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий,

ППК-1 Способен организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека

ППК-2 Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.

Примеры заданий

Задание к семинару:

Подготовить доклад об особенностях развития перетренированности второго типа при неправильно построенной тренировке. Выступление не более 5 мин, в течение которых докладчик должен озвучить следующие параметры: определение, виды, факторы, определяющих ее особенности, особенности вида спорта. Творческая форма выполнения заданий приветствуется и оценивается дополнительными баллами.

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
выступление полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.	2,5 балла
развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале);	2,5 балла
свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Максимальный балл	10

7.1.3. Презентация

Презентация – совокупный «продукт», его составляющие: текст, визуальный ряд, звуковой ряд. Материал слайдов реализует функцию передачи информации, а также получения обратной

связи в процессе ее восприятия и усвоения с целью последующего развития у обучающихся отдельных компонентов компетенций на аудиторных занятиях и в рамках самостоятельной работы. Презентация с использованием проекционного оборудования.

Применение проекционного оборудования оказывает сильное воздействие на эмоциональный настрой аудитории, помогает докладчику добиться понимания слушателей.

Проверяемые элементы компетенции:

УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий,

ППК-1 Способен организовывать и осуществлять учебно-профессиональную, проектную и исследовательскую деятельность обучающихся опираясь на знание медико-биологических основ спорта и естественно-научных законов регулирующих жизнедеятельность человека

ППК-2 Реализует профессиональную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, учитывая медико-биологические аспекты тренировочного процесса.

Примеры заданий

Задание к семинару:

Тема: программа профилактики «негативного» спортивного сердца с помощью правильного построения тренировочного процесса

Форма: доклад, сопровождаемый видео- презентацией материалов по теме выступления на занятии

Курс: 2 курс

Дисциплина: Физиологическое обоснование тренировочного процесса

Методы: дискуссия по содержанию выступления и форме подачи презентационных материалов, анализ выступления и презентации.

Время: продолжительность презентации - 20 минут; продолжительность выполнения задания – 6-7 часов.

Направление: педагогическое образование

Цель изучения дисциплины: формирование готовности к профессиональной и педагогической деятельности в условиях физкультурной деятельности

Критерии оценивания заданий, выполненных на практических занятиях (семинарах)

Критерий	Балл
выступление полностью соответствует теме, которая раскрыта глубоко и полно, опирается на несколько источников, содержит относительно точное изложение информации, демонстрирует средний уровень эрудированности автора по данной теме, умение осуществлять рефлексивный анализ.	2,5 балла
развернуто отвечает на поставленные преподавателем вопросы, обосновывает свою точку зрения примерами, может предложить свой вариант развития событий (или корректировки и совершенствования действий, представленных в материале);	2,5 балла
свободно оперирует научными терминами, а также базовыми понятиями и положениями и, в случае необходимости, может пояснить их суть; высказывает оценочные суждения в отношении излагаемого материала, используя для оценивания самостоятельно определенные критерии.	2,5 балла
Соответствие предлагаемых решений поставленной задаче	2,5 балла
Максимальный балл	10

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) выполнение заданий по изучаемым темам разделов (устный опрос, доклад, презентация и т.д.);

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	<p>УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.</p> <p>УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.</p> <p>ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.</p> <p>ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.</p>	27-32/ 260-275		отлично
повышенный	<p>УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.</p> <p>УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.</p> <p>ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.</p> <p>ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.</p>	24-26/ 250-259		хорошо
базовый	<p>УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.</p> <p>УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.</p> <p>ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.</p> <p>ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.</p> <p>ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на</p>	21-23/ 230-249		удовлетворительно

	знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма.			
низкий	Не проявляет должного уровня компетенций	<21/ <230		неудовлетворительно

* соответственно форме промежуточной аттестации по учебному плану

7.2.3 Спецификация оценочных средств

Проверяемые индикаторы проявления компетенций	
УК; ППК	
Устный опрос	
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	
УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	
ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.	
ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма	
Доклад	
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	
УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	
ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	
ППК-2.1 Осуществляет отбор групп по дополнительной общеобразовательной программе опираясь на знания возрастных, половых и индивидуальных особенностей организма	
Презентация	
УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	
УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов.	
ППК-1.1. Реализует планирование и проведение занятий, опираясь на знание медико-биологических основ спорта.	
ППК-1.3. Осуществляет формирование универсальных учебных действий, основанных на понимании естественно-научных законов.	

7.2.4. Описание оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации используются те же оценочные средства, что и для текущей аттестации

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

а) основная литература

1. Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Текст]: учебник для образовательных учреждений вузов по направлению 032100 - Физическая культура. / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2012. - 618 с.
2. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник.- М.: «Советский спорт».- 2003.- 480.
3. Дубровский В.И. Физиология спорта.- М.: Владос.- учеб. для вузов.- 2005.

б) Дополнительная.

1. Фомин Н.А. Физиология человека. М.,1982.
2. Физиология человека/Под ред. Н.В.Зимкина.М.,1970.
3. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. М.,1991
4. Анохин П.К. Очерки физиологии функциональных систем. М.,1975.
5. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. М.,1966.
6. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. М.,1991.
7. Руководство по физиологии: Физиология мышечной деятельности, труда и спорта. Л.,1969.
8. Спортивная физиология/Под ред. Я.М.Коца.М.,1986.
9. Фарфель В.С. Физиология спорта.М.,1960.
10. Физиология мышечной деятельности/Под ред.Я.М.Коца.М.,1982.
11. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта.М.,1980.
- 12.Мельников А.А., Викулов А.Д. Физиологические основы оздоровительной физической культуры. Учебное пособие. Ярославль.: Изд-во ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2018. - 217 с.
- 13.Физиология центральной нервной системы [Текст]: учебное пособие для студентов медицинских вузов. / В. М. Смирнов [и др.] - 6-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 367 с.
- 14.Мельников А.А. Физиологические основы спортивной подготовки: учебное пособие. – Ярославль. Изд-во ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2006. – 180 с.

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) <http://ru.wikipedia.org> – Интернет-сайт - русскоязычная энциклопедия
- 2) <http://www.anatomy.tj/> - Интернет-сайт анатомического атласа человека
- 3) <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339/> - единый электронный каталог статей, авторефератов и диссертаций Российской государственной библиотеки
- 4) <http://meduniver.com> - электронный сайт, посвященный всем разделам по физиологии и смежным с ней наукам, содержит бесплатные полнотекстовые электронные книги, атласы, учебники и видеоролики на русском, английском и немецком языках.
- 5) <http://cito-web.yspu.org/cito/node2.html> - свободные полнотекстовые электронные ресурсы ЯГПУ им. К.Д. Ушинского по изучаемым дисциплинам
- 6) <http://www.ncbi.nlm.nih.gov> – электронный сайт Национальной медицинской библиотеки США. Это самая крупная база данных, опубликованной медицинской информации в мире, охватывающая около 75 процентов всех мировых изданий. В создании базы принимают участие интернациональные и сотрудничающие организации. На сайте содержатся резюме и полнотекстовые научные статьи по всем направлениям биологии, медицины и физиологии.
- 7) 1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
- 8) 2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>)
- 9) 3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» <http://elib.gnpbu.ru/>.

- 10) 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.

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

13. Преподавание дисциплины на заочном отделении

13.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Триместр
		5
Контактная работа с преподавателем (всего)	10	10
В том числе:		
Лекции	4	4
Практические занятия (ПЗ)	6	6
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	98	98
В том числе:		
Курсовая работа (проект)		
Реферат	70	70
Другие виды самостоятельной работы		
Анализ литературных данных	10	10
Просмотр видеоматериалов	10	10
Подготовка документации	8	8
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		
Общая трудоемкость (часов)	108	108
Общая трудоемкость (зачетных единиц)	3	3

13.2. Содержание дисциплины

13.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Количество часов				
		Лекции	Практ. занятия	Лабор. зан	Самост. работа	Всего часов
1	Раздел 1. Физиология тренировочного процесса	2	1		16	19
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная	2	1		6	9

	адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.					
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.				5	5
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.				5	5
2	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	1	1		16	18
2.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	1	1		6	8
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне				5	5
2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.				5	5
3	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта		1		16	17
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике		1		4	5
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях				4	4
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте				4	4

3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.				4	4
4	Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	1	1		16	18
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	1	1		6	8
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.				6	6
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.				4	4
5	Раздел 5. «Спортивное сердце»		1		16	17
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности		1		8	9
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.				4	4
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.				4	4
6	Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке		1		18	19
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.				2	2
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеноч-				4	4

	ный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.					
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.				4	4
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.				4	4
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.		1		4	5
	Всего	4	6		98	108

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 1. Физиология тренировочного процесса	
1.1	Физиологические основы тренировки. Условно-рефлекторный механизм тренировки. Правила спортивной тренировки. Срочная и долговременная адаптация. Эу- и дистресс. Деадаптация и реадаптация. Биологическая цена. Биохимические механизмы тренировки.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
1.2	Физиологические процессы в организме и этапы тренировки: предстартовое состояние, вработывание, устойчивое состояние, утомление, восстановление.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
1.3	Физиологические процессы в организме и этапы тренировочного сезона: подготовительный, базовый, спецподготовка, предсоревнование, соревнование, восстановление.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
2	Раздел 2. Адаптивные изменения в процессах организма на тренировочную нагрузку	
2.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в центральной и периферической, вегетативной нервной, эндокринной системах, опорно-двигательном аппарате, выделительной системе, иммунной системе, системе крови и кроветворения, сердечно-сосудистой, пищеварительной, репродуктивной системы при тренировке силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
2.2	Изменения в работе систем при тренировках статической и динамической работы, аэробной и анаэробной зоне	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.

2.3	Половые и возрастные различия работы систем организма в развитии тренированности.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3	Раздел 3. Особенности адаптации работы систем организма к тренировочной нагрузке в определенных видах спорта	
3.1	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в легкой атлетике, тяжелой атлетике	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3.2	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в гимнастике, акробатике, фигурном катании, прыжках в воду, метаниях	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3.3	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в, велоспорте, автоспорте, лыжном спорте, конькобежном, гребном спорте, конном спорте	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
3.4	Реакции и изменения в процессах, протекающих в системах организма, при развитии тренированности в стрелковых видах спорта, спортивных играх, альпинизме, подводном плавании. прыжках с парашютом.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
4	Раздел 4. Перетренированность и физическое перенапряжение как важнейшие факторы, отрицательно влияющие на тренировочную работу	
4.1	Физиологические механизмы развития перетренированности. Физиологические механизмы развития физического перенапряжения. Острое и хроническое физическое перенапряжение. Перетренированность первого и второго типа.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
4.2	Основные синдромы перетренированности – нейровегетативный, дисметаболический, дисиммунный, дисгормональный, термоневротический, кардиалгический, дистонический, психологический. Биохимические изменения в жидких средах организма.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
4.3	Основные меры по предупреждению перетренированности. Возрастные и половые особенности перетренированности.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.

5	Раздел 5. «Спортивное сердце»	
5.1	Феномен «спортивного сердца». Факторы, приводящие к развитию спортивного сердца. Физиологические и анатомические особенности	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
5.2	Признаки спортивного сердца, формируемого в анаэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. Признаки спортивного сердца, формируемого в аэробных видах спорта. Положительные и отрицательные стороны. «Смешанные» варианты спортивного сердца.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
5.3	«Позитивное» и «негативное» спортивное сердце. Меры для формирования и поддержки «позитивного» спортивного сердца.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6	Раздел 6. Некоторые патологические и предпатологические состояния и отклонения, возникающие при неправильной тренировке	
6.1	Гиперсомния и инсомния. Болевой синдром. Отклонения в массе тела.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.2	Судороги в мышцах. Болевой печеночный синдром. Ацидоз мочи. Бронхоспазм.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.3	Снижение иммунитета. Микротравмы. Повреждения суставов и связок. Депрессия.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.4	Нарушения, происходящие в организме спортсменов.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.
6.5	Синдром внезапной смерти спортсмена. Физиологические факторы, к нему приводящие.	Анализ статей, учебных пособий, монографий, интернет ресурсов, конспектирование и реферирование материала. Аналитико-синтетическая работа с отобранным материалом. Подготовка резюме по обработанным источникам. Создание письменного комплекса собственных выводов и умозаключений по теме.