

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Кабардино-Балкарский государственный  
университет  
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**

Институт педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования

Кафедра теории и технологии физической культуры и спорта

**СОГЛАСОВАНО**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной  
программы

Директор института педагогики,  
психологии и физкультурно-  
спортивного образования

\_\_\_\_\_ Черкесов Т.Ю.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

\_\_\_\_\_ О.И. Михайленко  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Б.1.В.ДВ.10. «Комплексный контроль занимающихся физической  
культурой и спортом»

44.03.01 Педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

«Физическая культура»

(наименование профиля подготовки)

Квалификация (степень) выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная

**Нальчик 2018**

Рабочая программа дисциплины «Комплексный контроль занимающихся физической культурой и спортом» /сост. к.п.н., доц. А.М. Тхазеплов – Нальчик: ФГБОУ КБГУ, 2018. - 33 с.

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины (модуля) вариативной части профессионального цикла студентам очной формы обучения по направлению подготовки 44.03.01. Педагогическое образование в 8 семестре 4 курса.

Рабочая программа составлена с учетом Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «4» декабря 2015 г. N 1426.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО	4
3. Требования к результатам освоения дисциплины (модуля)	4
4. Содержание и структура дисциплины (модуля)	5
4.1. <i>Лекционные занятия</i>	9
4.2. <i>Практические занятия</i>	9
4.3. <i>Семинарские занятия</i>	10
4.4. <i>Лабораторные работы</i>	11
4.5. <i>Самостоятельная работа</i>	11
5. Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации	12
6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности	24
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины	26
7.1. <i>Основная литература</i>	28
7.2. <i>Дополнительная литература</i>	29
7.3. <i>Периодические издания</i>	29
7.4. <i>Интернет-ресурсы</i>	29
7.5. <i>Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы</i>	29
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	31
9. Лист изменений (дополнений)	33

## **1. Цели и задачи освоения дисциплины**

**Цель дисциплины** – углубление теоретических знаний, практических умений и навыков студентов при оценке физического состояния человека (различного пола и возраста), овладение методиками оценки показателей физического развития и физической подготовленности, психофизиологических параметров, а также ознакомление студентов с методами анализа, обработки и интерпретации полученных данных.

### **Задачи дисциплины:**

1. Дать будущим специалистам знания в области системы комплексного контроля подготовленности спортсмена;
2. Дать студентам знания о закономерностях формирования, развития двигательных и психофизиологических функций организма человека;
4. Ознакомить студентов с механизмами адаптации к физической нагрузке на разных этапах онтогенеза;
5. Изложение современных концепций о закономерностях проявления ведущих двигательных качеств, морфофизиологических параметров и функций с позиции сенситивных периодов развития биосистемы;
6. Освоение технологий комплексной диагностики физического состояния организма в различные периоды онтогенеза.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО:**

Дисциплина «Комплексный контроль занимающихся физической культурой и спортом» относится к дисциплинам вариативной части профессионального цикла. **Б.1.В.ДВ.10.**

Для успешного освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как физиология, биохимия, спортивная медицина, теория и методика физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины «Комплексный контроль занимающихся физической культурой и спортом» имеет трудоемкость, равную 4 зачетным единицам (144 час.).

## **3 Требования к результатам освоения содержания дисциплины**

Выпускник, освоивший программу бакалавриата, в соответствии с видом (видами) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа бакалавриата, должен быть готов решать следующие профессиональные задачи:

- быть готовым к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса - определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния

на организм человека с учетом пола и возраста (ОПК-3);

- использовать современные методы и технологии обучения и диагностики, использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-2);

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

- механизмы функционирования основных систем организма спортсмена при различных по виду и интенсивности нагрузках;
- основные методы тестирования функционального состояния организма спортсмена в процессе тренировки, восстановления, соревновательного периода;
- механизмы адаптации к физической нагрузке на разных этапах онтогенеза.

**Уметь:**

- подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;
- осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;
- обеспечивать современное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния занимающихся.

**Владеть:**

- методами оценки функционального состояния организма, включая и инструментальные, принятые в современной медицине;
- современными технологиями поиска, обработки и представления информации; методами математического моделирования.

**Приобрести опыт деятельности:**

- по оценке физического состояния, функциональной и физической подготовленности занимающихся спортивной деятельностью;
- по управлению тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс.

**4. Содержание и структура дисциплины (модуля)**

*Таблица 1. Содержание разделов дисциплины*

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
-------	----------------------	--------------------	-------------------------

1.	<b>Методологические основы комплексного контроля в спорте</b>	Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов. Принцип системности и комплексности. Структура системы комплексного контроля в спорте. Основные виды контроля. Информативность, надежность, объективность параметров, тестов, методов и средств контроля. Основные подсистемы комплексного контроля в спорте. ТК, ОК, ЭКО, УКО, ОСД. Разделение методов комплексного контроля на уровни. Особенности системного подхода при реализации комплексного контроля.	ДЗ, Р.
2.	Оценка физического развития по антропометрическим данным	Функции позвоночника. Патологические состояния позвоночника. Дисфункции осанки. Измерение ромба Мошкова. Формы грудной клетки и живота. Визуальные и измерительные методы исследования стопы. Определение состава тела. Определение «должной» массы тела. Определение силы кисти и становой силы. Инструментарий для антропометрических измерений. Определение антропометрических точек. Измерение диаметров тела. Измерение продольных и обхватных размеров тела. Калиперометрия. Определение конституции человека по Чтецову. Оценка акселерации.	Р, ДЗ, Т, К
3.	Основы функционального тестирования. Функциональные пробы и тесты	Неспецифические функциональные пробы. Проба Мартине. Гарвардский степ-тест. Пробы с натуживанием, ортостатические пробы. Велоэргометрическая нагрузка. Пробы с задержкой дыхания на вдохе и выдохе. Определение физической работоспособности. PWC <sub>150</sub> и PWC <sub>170</sub> . Типы реакции. Функциональные пробы со специфическими нагрузками. Функциональное состояние. Разновидности утомления. Общие механизмы утомления. Диагностика утомления. Субъективная оценка утомления. Функциональная проба. Проведение проб Штанге, Генчи. Индекс гарвардского степ-теста. Показатели самоконтроля.	
4	Контроль состояния сердечно-сосудистой и кардиореспираторной системы	Пульсометрия. Радиотелеметрическая регистрация ЧСС. Систолическое, диастолическое давление. Прямой метод измерения артериального давления (АД). Пальпаторный, аускультативный,	ДЗ, Р, К, Т

	рной системы организма	<p>осциллометрический методы измерения АД. Пульсовое давление. Определение скорости кровотока. Электрокардиография.</p> <p>Методы измерения ЧСС. Вегетативный индекс Кердо, индекс напряжения по Р. Баевскому. Пульс покоя. Аппаратура для регистрации ЭКГ. Характеристики нормальной ЭКГ спортсмена. ЭКГ при нагрузке различной интенсивности. Параметры внешнего дыхания. Адаптация сердечно-сосудистой и дыхательной систем к гипоксической и к велоэргометрической нагрузке. Биорезонансная (биолокационная) диагностика.</p> <p>Методы исследования лёгких. Гипоксия. Гиперкапния. Закон Стерлинга. Интегральные показатели работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Минутный объём крови(МОК). Ударный объём крови(УОК). Объём форсированного вдоха-выдоха.</p>	
5.	Контроль функций нервно-мышечной системы и системы анализаторов	<p>Миотонометрия и электромиография. Хронаксиметрия. Стабиллография. ЭЭГ. Диагностика функциональных систем органа зрения, слуха. Камертональный стремечковый тест. Проба Ромберга (простая, усложненная). Проба Яроцкого. Морфофункциональные особенности скелетных мышечных волокон. Теплообразование при мышечном сокращении. Типы двигательных единиц. Регуляция сокращения мышц.</p> <p>Морфофизиологические основы двигательных качеств спортсмена. Координация.</p>	ДЗ, Р.
6.	Биохимический контроль в спорте	<p>Задачи, виды, организация биохимического контроля. Основные показатели состава крови и мочи, их изменения при мышечной деятельности. Биохимический контроль развития систем энергообеспечения организма при мышечной деятельности. Биохимический контроль уровня тренированности, утомления и восстановления организма спортсмена. Контроль применения допинга.</p> <p>Спортивная фармакология: цели, задачи. Фармакологические средства на различных этапах подготовки спортсменов. Анаболические стероиды, допинги нестероидной структуры. Адаптогены растительного и животного происхождения. Питание спортсменов.</p>	ДЗ, Р, К, Т

В графе 4 приводятся планируемые формы текущего контроля: защита лабораторной работы (ЛР), выполнение курсового проекта (КП), курсовой работы (КР), расчетно-графического задания (РГЗ), домашнего задания (ДЗ) написание реферата (Р), эссе (Э), коллоквиум (К), рубежный контроль (РК), тестирование (Т) и т.д.

#### Структура дисциплины

*Таблица 2. Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы (144 часов)*

Вид работы	Трудоемкость, часов
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>144</b>
<b>Аудиторная работа:</b>	<b>84</b>
<i>Лекции (Л)</i>	36
<i>Практические занятия</i>	24
<i>Семинарские занятия (ПЗ)</i>	24
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>33</b>
Реферат (Р)	7
Самостоятельное изучение разделов	
Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.)	20
<b>Вид итогового контроля (зачет, экзамен)</b>	<b>экзамен</b>

*Таблица 3. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) **ЗФО** составляет 4 зачетные единицы (144 часа)*

Вид работы	Трудоемкость, часов
<b>Общая трудоемкость (в часах)</b>	<b>144</b>
<b>Контактная работа (в часах):</b>	<b>6</b>
Лекционные занятия (Л)	2
Семинарские занятия (СЗ)	4
Практические занятия (ПЗ)	-
Лабораторные работы (ЛР)	-
<b>Самостоятельная работа (в часах):</b>	<b>111</b>
Расчетно-графическое задание (РГЗ)	-
Реферат (Р)	10
Эссе (Э)	-
Контрольная работа	-
Самостоятельное изучение разделов	101
<i>Курсовая работа (КР) /Курсовой проект (КП)</i>	-
<b>Вид промежуточной аттестации - экзамен</b>	<b>27</b>



#### 4.1. Лекционные занятия

Таблица 4. Лекционные занятия

№ п/п	Тема
1	2
1	Методологические основы комплексного контроля в спорте.
2	Структура комплексного контроля психолого-педагогической и медико-биологической направленности в спорте.
3	Характеристика основных методов оценки физического развития по антропометрическим данным. Оценка уровня физической подготовленности.
4	Технология организации измерительных процедур и тестирования двигательных способностей по оценке физического развития и подготовленности спортсменов.
5	Основы функционального тестирования. Характеристика основных функциональных проб и тестов в спортивной деятельности
6	Технология организации тестирования и проведения функциональных проб по оценке функциональной подготовленности.
7	Контроль состояния сердечно-сосудистой и кардиореспираторной системы организма. Классификация методов контроля и их характеристика.
8	Технология оценки физической и функциональной подготовленности спортсменов стандартными способами (ЧСС, АД, ЖЕЛ) (оценка скоростно-силовых, выносливости и физической работоспособности).
9	Контроль функций нервно- мышечной системы и функций системы анализаторов
10	Технология оценки вестибулярной устойчивости в лабораторных и полевых условиях в различных видах спорта.
11	Биохимический контроль в спорте. Характеристика основных методик.
12	Методические принципы оценки утомления и восстановления в спорте. Их содержание и характеристика.

#### 4.2. Практические занятия

Таблица 5. Тематика практических занятий

№ п/п	Тема
1	Практика по оценке уровня физической подготовленности (тестирование способностей). Инструментарий для антропометрических измерений. Определение антропометрических точек. Измерение тотальных размеров тела (длины, массы, обхватные и длинотные, диаметры).
2	Калиперометрия. Измерение и оценка состава тела. Динамометрия кисти и становая динамометрия.
3	Функции позвоночника. Патологические состояния позвоночника. Дисфункции осанки. Измерение ромба Мошкова. Хирургический осмотр и оценка состояний.
4	Визуальные и измерительные методы исследования стопы. Изучение пропорции тела.

5	Неспецифические функциональные пробы. Проба Мартине. Гарвардский степ-тест.
6	Велоэргометрическая нагрузка. Нагрузочное тестирование и способы его оценки.
7	Определение физической работоспособности. PWC <sub>150</sub> и PWC <sub>170</sub> . Пробы Штанге и Генчи.
8	Электрокардиография. ЭКГ при нагрузке различной интенсивности.
9	Методы исследования лёгких. Параметры внешнего дыхания. Экскурсия грудной клетки. Оценка ЖЕЛ.
10	Миотонометрия и электромиография.
11	Стабиллография. Проба Ромберга (простая и сложная). Проба Яроцкого.
12	ЭЭГ. Процедура ее проведения и оценка состояния.
13	Основные показатели состава крови и мочи, их изменения при мышечной деятельности.

### 4.3. Семинарские занятия

*Таблица 6. Семинарские занятия*

№ п/п	Тема
1	Методологические основы комплексного контроля в спорте: Основные подсистемы комплексного контроля в спорте. ТК, ОК, ЭКО, УКО, ОСД. Разделение методов комплексного контроля на уровни.
2	Структура комплексного контроля психолого-педагогического и медико-биологической направленности в спорте. Структура системы комплексного контроля в спорте. Основные виды контроля.
3	Характеристика основных методов оценки физического развития по антропометрическим данным. Основные методы оценки уровня физической подготовленности. Формы грудной клетки и живота. Визуальные и измерительные методы исследования стопы.
4	Технология организации измерительных и тестовых процедур по оценке физического развития и уровня подготовленности спортсменов. Измерение продольных и обхватных размеров тела. Калиперометрия. Определение конституции человека по Чтецову. Определение состава тела. Определение «должной» массы тела. Определение силы кисти и становой силы.
5	Основы функционального тестирования. Характеристика основных функциональных проб и тестов в спортивной деятельности. Гарвардский степ-тест. Пробы с натуживанием, ортостатические пробы.
6	Технология организации тестирования и проведения функциональных проб по оценке функциональной подготовленности. Велоэргометрическая нагрузка. Пробы с задержкой дыхания на вдохе и выдохе. Определение физической работоспособности. PWC <sub>150</sub> и PWC <sub>170</sub> .
7	Контроль состояния сердечно-сосудистой и кардиореспираторной системы организма. Классификация методов контроля и их характеристика. регистрация ЧСС. Систолическое, диастолическое давление. Параметры внешнего дыхания. Адаптация сердечно-сосудистой и дыхательной систем к гипоксической и к велоэргометрической нагрузке.

8	Технология оценки физической и функциональной подготовленности спортсменов стандартными способами (ЧСС, АД, ЖЕЛ) (оценка скоростно-силовых, выносливости и физической работоспособности). Пульс покоя. Аппаратура для регистрации ЭКГ. Характеристики нормальной ЭКГ спортсмена. ЭКГ при нагрузке различной интенсивности.
9	Контроль функций нервно- мышечной системы и функций системы анализаторов. Стабиллография. ЭЭГ. Диагностика функциональных систем органа зрения, слуха. Камертональный стремечковый тест.
10	Технология оценки вестибулярной устойчивости в лабораторных и полевых условиях в различных видах спорта. Проба Ромберга ( простая, усложненная). Проба Яроцкого. Морфофункциональные особенности скелетных мышечных волокон.
11	Биохимический контроль в спорте. Характеристика основных методик. Основные показатели состава крови и мочи, их изменения при мышечной деятельности. Биохимический контроль развития систем энергообеспечения организма при мышечной деятельности. Спортивная фармакология: цели, задачи. Фармакологические средства на различных этапах подготовки спортсменов.
12	Методические принципы оценки утомления и восстановления в спорте. Их содержание и характеристика. Биохимический контроль уровня тренированности, утомления и восстановления организма спортсмена. Контроль применения допинга.
13	Методологические основы комплексного контроля в спорте. Анаболические стероиды, допинги нестероидной структуры. Адаптогены растительного и животного происхождения. Питание спортсменов.

#### 4.4. Лабораторные работы

*Таблица 7. Лабораторные работы по дисциплине.* Выполнение лабораторных работ по данной дисциплине не предусмотрено.

#### 4.5. Самостоятельная работа

*Таблица 8. Самостоятельное изучение разделов дисциплины*

№ раздел а	Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение
1	Основные подсистемы комплексного контроля в спорте. ТК, ОК, ЭКО, УКО, ОСД. Разделение методов комплексного контроля на уровни. Особенности системного подхода при реализации комплексного контроля.
2	Функции позвоночника. Патологические состояния позвоночника. Дисфункции осанки. Определение состава тела. Определение «должной» массы тела. Определение силы кисти и становой силы.
3	Функциональное состояние. Разновидности утомления. Общие механизмы утомления. Диагностика утомления. Субъективная оценка утомления. Функциональная проба. Проведение проб Мартине, Штанге, Генчи. Индекс гарвардского степ-теста. Показатели самоконтроля.
4	Методы измерения ЧСС. Фотоплетизмограмма. Расчетные параметры гемодинамики по Вецнеру и Богеру, по Самоньи. Вегетативный индекс Кердо, индекс напряжения по Р. Баевскому. Пульс покоя. Аппаратура для регистрации ЭКГ. Характеристики нормальной ЭКГ спортсмена. Гипоксия. Гиперкапния. Закон Стерлинга. Интегральные показатели работы сердечно- сосудистой и дыхательной систем. Минутный объем крови( МОК). Ударный объем крови( УОК). Объем форсированного вдоха- выдоха.

5	Теплообразование при мышечном сокращении. Типы двигательных единиц. Регуляция сокращения мышц. Морфофизиологические основы двигательных качеств спортсмена. Координация. Камертональный стремечковый тест. Группы видов спорта. Индивидуальная оценка тренированности. Связь показателей МПК с уровнем тренированности. Динамика сдвигов функционального состояния в процессе тренировочного микроцикла, многолетняя динамика.
6	Спортивная фармакология: цели, задачи. Фармакологические средства на различных этапах подготовки спортсменов. Анаболические стероиды, допинги нестероидной структуры. Адаптогены растительного и животного происхождения. Питание спортсменов.

## **5. Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

*- Задания для текущего контроля*

### **8 семестр**

#### **Коллоквиумы**

##### **Коллоквиум №1**

- 1) Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.
  - 2) Принцип системности и комплексности в процессе контроля за спортсменами.
  - 3) Информативность тестов, средств и методов контроля.
  - 4) Надежность тестов, средств и методов контроля.
  - 5) Объективность тестов, средств и методов контроля.
  - 6) Пульсометрия, характеристика основных свойств пульса.
  - 7) Измерение артериального давления.
  - 8) Определение скорости кровотока.
  - 9) Электрокардиография.
  - 10) Неспецифические функциональные пробы ССС.
  - 11) Типы реакции.
  - 12) Определение физической работоспособности.
  - 13) Пробы с натуживанием.
  - 14) Степ-тест
  - 15) Велоэргометрические методы.
- ##### **Коллоквиум №2**
- 16) Ортостатическая проба.
  - 17) Функциональные пробы ССС со специфическими нагрузками.
  - 18) Пробы с задержкой дыхания.
  - 19) Миотонометрия и электромиография.
  - 20) Хронаксиметрия.
  - 21) Стабилография.
  - 22) Электроэнцефалография.
  - 23) Методы исследования системы анализаторов (зрительного, слухового, вестибулярного).
  - 24) Определение состояния позвоночника.
  - 25) Исследование стопы.

- 26) Определение состава тела.
- 27) Определение силы кисти, становой силы.
- 28) Оценка уровня гибкости позвоночника.
- 29) Параметры комплексного контроля и методы их измерения в игровых видах спорта (унифицировать по подсистемам).
- 30) Задачи, виды и организация биохимического контроля.
- 31) Основные биохимические показатели и их изменение при мышечной деятельности.
- 32) Биохимический контроль развития систем энергообеспечения организма при мышечной деятельности.
- 33) Биохимический контроль за уровнем тренированности, утомления и восстановления организма спортсмена.
- 34) Допинг-контроль: организация, порядок проведения.
- 35) Формы грудной клетки, живота, ног.  
Коллоквиум №3
- 36) Интегральные показатели работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
- 37) Оценка качества регуляции сердечно-сосудистой системы по индексу Робинсона.
- 38) Реакция сердечно-сосудистой системы на наклоны туловища.
- 39) Оценка развития дыхательной системы по показателям вентиляционных объемов.
- 40) Определение состояния системы кислородобеспечения по индексу Скибинского.
- 41) Показатели тренированности.
- 42) Комплексная оценка функционального состояния в процессе тренировки.
- 43) Врачебно-педагогические наблюдения.
- 44) Метрологическое обеспечение измерений в процессе комплексного контроля.
- 45) Расчетные параметры гемодинамики по Вещнеру и Богеру, по Самоньи.
- 46) Связь показателей МПК с уровнем тренированности.
- 47) Морфофизиологические основы двигательных качеств спортсмена
- 48) Пробы с задержкой дыхания на вдохе и выдохе.
- 49) Гипоксия. Гиперкапния. Закон Стерлинга.
- 50) Самоконтроль в процессе тренировки и подготовки к соревнованиям.

***Критерии оценивания:***

**6 баллов ставится, если:**

1. полно раскрыто содержание материала;
2. материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология;
3. показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации;
4. продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и

навыков;

5. ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;

6. допущены одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию.

**5 баллов ставится, если:**

ответ удовлетворяет в основном требованиям на «5 баллов», но при этом имеет один из недостатков:

1. в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа;

2. допущены один – два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию экзаменатора;

3. допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.

**4 балла ставится, если:**

1. неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;

2. имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов;

3. при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков, студент не может применить теорию в новой ситуации.

**2-3 балла ставится, если:**

1. не раскрыто основное содержание учебного материала;

2. обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала;

3. допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов.

4. не сформированы компетенции, умения и навыки.

**Доклад, реферат**

*Примерная тематика докладов и рефератов для самостоятельной работы*

1. Структура системы комплексного контроля в спорте. Основные виды контроля.

2. Определение антропометрических показателей в спортивной деятельности.

3. Определение силы кисти и становой силы.

4. Оценка жизненной емкости легких. Внешнее дыхание, методы измерения.

5. Пульсометрия и характеристика методов ее измерения.

6. Прямой метод измерения артериального давления в тренировочных условиях.

7. Адаптация сердечно-сосудистой и дыхательной систем к

тренировочной нагрузке, методы оценки.

8. Интегральные показатели работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

9. Стабиллография, методика оценки функций нервно-мышечного аппарата в спортивной деятельности.

10. Диагностика функциональных систем органа зрения, слуха.

11. Морфофизиологические основы двигательных качеств спортсмена.

12. Пробы Штанге и Генчи, характеристика, способы оценки состояния системы дыхания.

13. Проба Ромберга, разновидности и способы оценки устойчивости вестибулярного аппарата спортсмена.

14. Лактат, понятие, характеристика. Методы оценки его содержания в крови.

15. Основы биохимического контроля в спорте.

16. Фармакологические средства на различных этапах подготовки спортсменов, особенности их применения.

17. Биохимический контроль уровня тренированности, утомления и восстановления организма спортсмена.

18. Методы оценки уровня развития координации.

19. Определение состояния позвоночника.

20. Контроль применения допинга.

21. Комплексная оценка функционального состояния в процессе тренировки.

22. Метрологическое обеспечение измерений в процессе комплексного контроля.

*Критерии оценки доклада:*

«Зачтено» – выполнены все требования к написанию доклада: обозначена проблема и обоснована ее актуальность; представлена информация по вопросу; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объем (2-3 страницы); подготовлены вопросы к аудитории, позволяющие оценить степень усвоения материала; выделены основные мысли доклада; подготовлена слайдовая презентация.

«Не зачтено» – доклад содержит общее описание темы, обнаруживается непонимание отдельных тематических положений; использовано менее трех источников; не подготовлены вопросы к аудитории; слайдовая презентация не подготовлена.

**Реферат:**

Реферат - это изложение сущности какого-либо вопроса. Подготовка к реферату требует глубокого знания методологических и научно-практических аспектов изучаемой проблемы и вопроса, умение обстоятельно их анализировать. В реферате студент должен раскрыть содержание конкретной темы на основе изучения монографий, учебников и учебных пособий, статистических материалов, периодической печати и др. План реферата должен составляться после выбора темы, изучения литературы. В него рекомендуется включать не более трех-четырех наиболее важных

вопросов, раскрывающих содержание темы.

Содержание реферата предполагает наличие сведений не только теоретического характера, но и их интерпретацию с точки зрения теории и методики избранного вида спорта. Большое значение имеет правильное оформление реферата.

Структура реферата:

1. Титульный лист.
2. План.
3. Содержание реферата, соответственно плану.
4. Список используемой литературы.
5. Приложение (если необходимо).

**ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ И СОДЕРЖАНИЮ РЕФЕРАТА:**

Оформление и форма подачи реферата:

1. Объём реферата должен составлять 12-15 печатных листов.
2. Реферат должен быть в специальной файловой папке.
3. Обязательно – дублирование текста на дискете или диске.

Компьютерная распечатка работы выглядит следующим образом:

- текст работы печатается в программе «Microsoft Word»;
- шрифтом «Times New Roman»;
- размер шрифта - 14;
- интервал 1,5 с соблюдением размера полей: сверху, внизу, справа, слева – 2 см;
- при наборе таблиц размер шрифта меняется на 12;
- в шрифте «Courier New» размер шрифта – 12, в таблице – 10.
- текст выравнивается по ширине; название глав и заголовков – по середине;
- название глав и заголовков в тексте выделяются жирным шрифтом и должны соответствовать содержанию работы;
- насыщенность букв и знаков в строке должна быть ровной и однотипной, с автоматическим переносом слов;
- частично напечатанных отдельных букв, цифр и слов, вписанных от руки, не допускается;
- все страницы текста, включая страницы с рисунками и таблицами, имеют сквозную нумерацию;
- номер страницы печатается посередине сверху (или в правом нижнем углу) без дополнительных обозначений (скобок, тире).

**Титульный лист** – начальный лист, который не нумеруется, но считается первой страницей.

Название министерства, учебного учреждения – все слова печатаются большими буквами, жирным шрифтом, по ширине листа, размер шрифта 14, без общепринятых сокращений.

Название кафедры, на которой выполнена работа, печатается по центру, с большой буквы, размер шрифта 14, без сокращений.

Название работы – большими буквами, курсивом, по центру, размер шрифта от 14 до 18. В нижнем правом углу печатаются данные исполнителя



работы и руководителя с указанием его должности и научных регалий.

Внизу титульного листа – название города и год выполнения работы – печатается с большой буквы, размер шрифта 14, по центру.

Весь табличный материал – идет по тексту. Слово «Таблица» печатается в правом верхнем углу самого объекта, ниже по центру – название таблицы – шрифт 14 (ж), ниже сама таблица – шрифт в таблице 12, таблица выравнивается по центру страницы.

Графики, схемы, диаграммы и рисунки выносятся в ПРИЛОЖЕНИЕ без нумерации. Оно располагается после списка литературы и оформляется в книжном или альбомном формате.

Слово «ПРИЛОЖЕНИЕ» печатается в правом верхнем углу с порядковым номером, шрифт 14 (ж); название объекта - по середине, шрифт 14 (ж); в схемах, рисунках, диаграммах – шрифт.

«Отлично» - ставится, если выполнены все требования к написанию, представлению и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, подготовлена презентация, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

«Хорошо» – основные требования к реферату, его представлению и защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата или презентации; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

«Удовлетворительно» – имеются существенные отступления от требований к реферату. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; не подготовлена презентация или имеются упущения в оформлении; во время защиты отсутствует вывод.

### **Тесты**

Образцы тестовых заданий дисциплины.

I:

S: Тензометрические датчики - это датчики...

+: давления

-: движения

-: изменения положения

-: скорости

I:

S: Проба Яроцкого используется для контроля ...

-: ССС

+: вестибулярного анализатора

-: слухового анализатора

-: глазодвигательной системы

I:

S: Проба, при которой спортсмен стоит, глаза закрыты, руки вытянуты вперёд, ступни ног находятся на одной линии, является усложнённым вариантом пробы ...

-: Розенталя

-: Яроцкого

+: Ромберга

-: Вальсавы

I:

S: Молочная кислота образуется в мышцах в результате ...

-: аэробного окисления глюкозы

+: анаэробного окисления глюкозы

-: перекисного окисления эфиров

-: нарушения минерального обмена

I:

S: Содержание молочной кислоты в крови в норме составляет ... ммоль/л

+: 1-1,5

-: 5-6

-: 4-10

-: более 30

I:

S: Задача допинг-контроля - выявление ...

+: анаболических стероидов

+: запрещенных в практике спорта веществ

-: изменений кислотно -основного равновесия

-: АТФ-азной активности миозина

I:

S: Для...осанки характерно увеличение глубины как шейного, так и поясничного изгибов позвоночника

+: кифотической

-: лордотической

-: правильной

-: сколиотической

I:

S: При... осанке увеличивается глубина шейного изгиба, а поясничного сглаживается

+: сутуловатой

-: лордотической

-: правильной

-: сколиотической

I:

S: К прямым методам исследования артериального давления относятся ...

-: пальпаторный

+: прокол стенки артерии

-: аускультативный

-: осциллометрический

Система текущего и итогового контроля знаний студентов по учебной дисциплине выстраивается в соответствии с учебным планом образовательной программы, определяющим виды и формы текущего (контрольная работа, реферат, тестирование, коллоквиум, семинарские занятия и т.д.) и итогового (зачет, экзамен) контроля, и принятым в КБГУ Положением о контроле знаний студентов.

Формирование рейтинга студента осуществляется в ходе текущего, рубежного и промежуточного контроля. Порядок проведения текущего, промежуточного и итогового контроля знаний студентов проводится в строгом соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе аттестации студентов КБГУ.

Задания для семинарских занятий.

*Методические рекомендации:*

- поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации, подготовка заключения по обзору: подготовка докладов к занятию;

- проработка учебного материала (по конспектам лекций учебной и научной литературе);

- работа с вопросами для самопроверки;

- конспектирование первоисточников и другой учебной литературы.

Например, выполнить задания к темам:

1) «Пульсометрия и характеристика методов ее измерения»:

- составить план в соответствии с методическими рекомендациями последовательности основных операций, необходимую последовательность выполнения задания;

- подготовить конспект, в соответствии с требованиями к конспектам, изложить понятие, характеристику, порядок и последовательностью организации и проведения оценки выполняемой нагрузочной работы по пульсовой стоимости (ЧСС), раскрыть методику выполнения операций по оценке состояния ССС посредством подсчета ЧСС и т.д.

2) «Проба Ромберга, разновидности и способы оценки устойчивости вестибулярного аппарата спортсмена»:

- дать характеристику функциональной пробе, описать методику выполнения пробы, охарактеризовать разновидности (виды и варианты выполнения пробы), порядок и последовательность выполнения операций, система оценки устойчивости, характеристика ошибок и перевод оценки в шкальные баллы.

- Промежуточная аттестация

Список вопросов к зачету - 4 курс, 8 семестр:

Коллоквиум №1

1. Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.
2. Определение антропометрических показателей в спортивной деятельности.

3. Принцип системности и комплексности в процессе контроля за спортсменами.
4. Информативность тестов, средств и методов контроля.
5. Контроль применения допинга.
6. Комплексная оценка функционального состояния в процессе тренировки.
7. Надежность тестов, средств и методов контроля. Характеристика.
8. Объективность тестов, средств и методов контроля. Характеристика.
9. Пульсометрия, характеристика основных свойств пульса.
10. Измерение артериального давления.
11. Методика определения скорости кровотока.
12. Электрокардиография.
13. Неспецифические функциональные пробы ССС.
14. Типы реакции.
15. Определение физической работоспособности.
16. Интегральные показатели работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем
17. Пробы с натуживанием.
18. Связь показателей МПК с уровнем тренированности.
19. Степ-тест
20. Велоэргометрические методы.
21. Ортостатическая проба.
22. Функциональные пробы ССС со специфическими нагрузками.
23. Пробы с задержкой дыхания.
24. Миотонометрия и электромиография.
25. Хронаксиметрия.
26. Стабилография.
27. Электроэнцефалография.
28. Методы исследования системы анализаторов (зрительного, слухового, вестибулярного).
29. Определение состояния позвоночника.
30. Исследование стопы.
31. Определение состава тела.
32. Определение силы кисти, становой силы.
33. Оценка уровня гибкости позвоночника.
34. Параметры комплексного контроля и методы их измерения в игровых видах спорта (унифицировать по подсистемам).
35. Оценка работоспособности по Индексу гарвардского степ-теста.
36. Задачи, виды и организация биохимического контроля.
37. Основные биохимические показатели и их изменение при мышечной деятельности.
38. Биохимический контроль развития систем энергообеспечения организма при мышечной деятельности.
39. Биохимический контроль за уровнем тренированности, утомления и восстановления организма спортсмена.
40. Формы грудной клетки, живота, ног.

41. Интегральные показатели работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
42. Оценка качества регуляции сердечно-сосудистой системы по индексу Робинсона.
43. Реакция сердечно-сосудистой системы на наклоны туловища.
44. Оценка развития дыхательной системы по показателям вентиляционных объемов.
45. Определение состояния системы кислородобеспечения по индексу Скибинского.
46. Показатели тренированности.
47. Комплексная оценка функционального состояния в процессе тренировки.
48. Врачебно-педагогические наблюдения.
49. Расчетные параметры гемодинамики по Вецнеру и Богеру, по Самоньи.
50. Связь показателей МПК с уровнем тренированности.
51. Морфофизиологические основы двигательных качеств спортсмена
52. Пробы с задержкой дыхания на вдохе и выдохе.
53. Гипоксия. Гиперкапния. Закон Стерлинга.
54. Метрологическое обеспечение измерений в процессе комплексного контроля.
55. Самоконтроль в процессе тренировки и подготовки к соревнованиям.
56. Допинг-контроль: организация, порядок проведения.

**Контрольные задания:**

Цель - формирование способности к самоорганизации и самообразованию.

1. Подготовка плана, тезисов и полного текста докладов по теме занятия.
2. Планы проведения занятий, основанных на тематике разделов программы, позволяющих анализировать основные положения организации медико-биологического контроля спортсменов, характеристику возрастнo-половых особенностей и их учет в системе контроля.
3. Подготовка презентаций по теме проводимого занятия (умение подбирать мульти медиа материалы, способствующие эффективному усвоению излагаемого материала).
4. Подготовка контрольных заданий к рейтинговым контрольным мероприятиям и написание реферата по теме проводимого занятия.
5. Подготовка к практическим занятиям: методика выполнения функциональных проб, организация измерительных и тестовых процедур со спортсменами, студентами.

Каждый вид работ оценивается в соответствии с баллами рейтинговых контрольных мероприятий по разделу «иные формы».

*Критерии оценивания.*

**Оценка «отлично» ставится, если:**

- ответы отличаются глубоким знанием учебного материала, свидетельствуют о способности самостоятельно находить причинно-

следственные зависимости и связь с практикой;

- полно освоил основные теоретико-методические основы знаний по организации комплексного контроля (психолого-педагогические и медико-биологические аспекты), физиологические, биохимические и биомеханические механизмы и их изменения под воздействием тренировочных и соревновательных нагрузок;

- владеет в полной мере навыками применения методики контроля за занимающимися (психолого-педагогические и медико-биологические аспекты); организации и проведения измерительных и тестовых процедур; навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев оценки средствами психолого-педагогического и медико-биологического контроля;

- в полной мере умеет разрабатывать критерии оценки, позволяющие определить физическое и функциональное состояние спортсменов; применять на практике методы и средства психолого-педагогического и медико-биологического контроля за состоянием и оценкой физических способностей и функционального состояния занимающихся;

- демонстрирует на практике отлично сформированные в ходе освоения навыков организации медико-биологического контроля (антропометрия, пульсометрия, динамометрия, проведение функциональных проб по оценке физической работоспособности и др.).

#### **Оценка «хорошо» ставится, если:**

- в ответах допускаются незначительные неточности, учащиеся почти самостоятельно находят причинно-следственные зависимости в учебном материале, связи его с практикой;

- владеет в полной мере способами применения комплекса средств и методов медико-биологического контроля;

- владеет навыками применения методики контроля за занимающимися (психолого-педагогические и медико-биологические аспекты), но допускает незначительные погрешности в их проведении; организации и проведения измерительных и тестовых процедур; при оценке уровней физической, функциональной подготовленности занимающихся, на основе различных критериев оценки средствами медико-биологического контроля, отсутствуют некоторые параметры подсчета результатов, способных повысить эффективность тренировочного процесса;

- достаточно уверенно умеет разрабатывать критерии оценки, но допускает некоторые ошибки, влияющие на четкое и точное определение физического и функционального состояния спортсменов; умеет применять на практике методы и средства медико-биологического контроля за состоянием и оценкой физических способностей и функционального состояния занимающихся;

- демонстрирует на практике хорошо сформированные в ходе освоения навыков организации медико-биологического контроля (антропометрия, пульсометрия, динамометрия, проведение функциональных проб по оценке физической работоспособности и др.), однако допускаются некоторые

погрешности в обработке достоверных результатов.

**Оценка «удовлетворительно» ставится, если:**

- в ответах допускаются неточности, исправляемые с помощью преподавателя, студент затрудняется сам выделить в учебном материале причинно-следственные связи, связать его с практикой;
- не в полной мере владеет способами применения комплекса средств и методов медико-биологического контроля;
- слабое владение навыками применения методики контроля за занимающимися (психолого-педагогические и медико-биологические аспекты), допускает значительные погрешности в их проведении; организации и проведения измерительных и тестовых процедур; при оценке уровней физической, функциональной подготовленности занимающихся, на основе различных критериев оценки средствами медико-биологического контроля, слабо ориентируется в подсчете результатов, способных повысить эффективность тренировочного процесса;
- недостаточно уверенно разрабатывает критерии оценки, допускает значительные ошибки, влияющие на четкое и точное определение физического и функционального состояния спортсменов; слабо и неуверенно применяет на практике методы и средства медико-биологического контроля за состоянием и оценкой физических способностей и функционального состояния занимающихся;
- слабо ориентируется при демонстрации на практике в сформированных в ходе освоения навыков организации медико-биологического контроля (антропометрия, пульсометрия, динамометрия, проведение функциональных проб по оценке физической работоспособности и др.), допускаются существенные погрешности в обработке достоверных результатов.

**Оценка «неудовлетворительно» ставится, если:**

- ответы свидетельствуют о значительном незнании и (или) отсутствии знаний учебного материала, студент не может без преподавателя найти в нем причинно-следственные связи;
- владеет некоторыми современными методами и технологиями обучения и диагностики, средствами и методами комплексного контроля при организации оценки уровней физической, функциональной подготовленности занимающихся на основе медико-биологических критериев, но не может самостоятельно обрабатывать и систематизировать результаты в целях оптимизации учебно-тренировочного процесса; фрагментарное владение навыками применения методики контроля медико-биологической направленности;
- только в отдельных случаях умеет подбирать и применять методы и средства психолого-педагогического и медико-биологического контроля, оценивать физическое и функциональное состояние занимающихся в целях минимизации риска здоровью занимающихся;
- фрагментарные представления об общих основах теории тестирования и организации измерительных процедур, функциональных

проб, методах оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся; о требованиях к содержанию комплекса мер по организации психолого-педагогического и медико-биологического контроля в учебно-тренировочном процессе; целях, задачах, структуре, содержании, формах и способах организации комплексного контроля в образовательном процессе.

## 6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности:

Таблица 7. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

Результаты обучения (компетенции)	Основные показатели оценки результатов обучения	Вид оценочного материала
Способность к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса - определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста (ОПК-3).	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы педагогики и психологии;</li> <li>- особенности педагогической коммуникации с различными возрастно-половыми и социальными группами;</li> <li>- основы педагогической деятельности в сфере физической культуры;</li> <li>- основы управления учебно-воспитательным процессом в системе общего и дополнительного образования.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять педагогически оправданное взаимодействие с обучающимися;</li> <li>- подбирать адекватные методы, формы и средства обучения;</li> <li>- осуществлять педагогический контроль за ходом учебно-воспитательного процесса.</li> <li>- определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические изменения в процессе организации тренировочной и соревновательной деятельности;</li> <li>- оценивать степень воздействия тренировочных и соревновательных нагрузок различной направленности на организм занимающихся;</li> <li>- производить корректировку учебного и тренировочного плана в ходе организации комплексного контроля;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками педагогически оправданного общения в различными категориями обучающихся;</li> <li>- навыками построения учебно-воспитательного процесса в различными категориями обучающихся.</li> <li>- навыками оценки анатомо-морфологических, физиологических, биохимических, психологических изменений в процессе организации тренировочной деятельности;</li> </ul>	<p>коллоквиум; реферат; доклад; тестирование; задания для семинарских и практических занятий; контрольные задания</p>



	- навыками определения степени воздействия тренировочных и соревновательных нагрузок различной направленности на организм занимающихся;	
Способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики, использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-2).	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- педагогику физической культуры;</li> <li>- теорию и методику физического воспитания;</li> <li>- современные технологии обучения и воспитания;</li> <li>- современные методы диагностики состояния обучающихся;</li> <li>- современные оздоровительные технологии;</li> <li>- теоретические основы оценки и контроля физического и функционального состояния организма занимающихся;</li> <li>- средства и методы оценки физических способностей и индивидуальных особенностей и способностей, функционального состояния занимающихся;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать современные методы обучения и воспитания в учебном процессе;</li> <li>- использовать современные методы диагностики, контроля и коррекции состояния обучающихся;</li> <li>- адаптировать методы обучения и воспитания к современным требованиям учебно-воспитательного процесса;</li> <li>- осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся;</li> <li>- определять и оценивать двигательные способности, функциональное состояние и подготовленность при различной двигательной деятельности.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки технологий обучения и воспитания в современных социально-экономических условиях;</li> <li>- навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев;</li> <li>- современными методическими приемами, позволяющими объективно оценивать функциональное и физическое состояние спортсменов при воздействиях тренировочной нагрузки.</li> </ul>	коллоквиум; реферат; доклад; тестирование; задания для семинарских и практических занятий; контрольные задания

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:

0-23 балла: формируются владения, умения и знания, составляющие базовую основу компетенции, без которой невозможно ее дальнейшее развитие. Обучающийся воспроизводит термины, факты, методы, понятия, принципы и правила; решает учебные задачи по образцу;

24-46 баллов: приобретается опыт деятельности, когда отдельные

компоненты компетенции начинают «работать» в комплексе и происходит выработка индивидуального алгоритма продуктивных действий, направленных на достижение поставленной цели. На этом этапе обучающийся осваивает аналитические действия с предметными знаниями по конкретной дисциплине, способен самостоятельно решать учебные задачи, внося коррективы в алгоритм действий, осуществляя координирование хода работы, переносит знания и умения на новые условия;

47-100 баллов: обучающийся способен использовать знания, умения, навыки при решении задач повышенной сложности и в нестандартных условиях. По результатам этого этапа обучающийся демонстрирует итоговый уровень сформированности компетенции.

Учебная деятельность бакалавров оценивается комплексно, с учетом следующих показателей:

- 1) контрольные вопросы для проведения текущего контроля и контроля самостоятельной работы;
- 2) теоретические знания, выявленные во время опроса, беседы на различных видах занятий;
- 3) доклады и рефераты на заявленную тему занятия;
- 4) мотивация и интерес, проявляемый к занятиям различного вида.

В наличии имеются тестовые материалы для направления 44.03.01 по дисциплине «Комплексный контроль занимающихся физической культурой и спортом», подготовленные в соответствии с «Требованиями к составлению банка тестовых заданий» и переданные в центр тестирования профессионального образования КБГУ.

**Текущий контроль** - тестовый срез знаний по теоретическому курсу, коллоквиум, реферативные работы, доклады.

**Итоговый контроль** – зачет.

## 7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Перечень договоров ЭБС (за период, соответствующий сроку получения образования по ООП)		
Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2014/2015	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0472 от 28.04.2014г.	С «28» апреля 2014г. по «28» апреля 2015г.
2014/2015	БД РЖ ВИНТИ База реферативных журналов по всем отраслям знаний. ФГБУН ВИНТИ РАН (г. Москва) Договор № б/н от 29.04.2014 г.	С «29» апреля 2014г. по «29» апреля 2015 г.
2014/2015	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва) Договор №62СЛ/10-2014 от 05.11.2014г.	С 5 ноября 2014г по 5 ноября 2016 г
2014/2015	ЭБС «Лань» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО в соответствии с требованиями ФГОС, а также монографии и научная периодика. ООО «Издательство Лань»	С 22 ноября 2013г по 22 ноября 2014 г

	Договор №б/н от 22.11.2013г.	
2015/2016	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0472 от 19.10.2015г.	С «19» октября 2015г. по «19» октября 2016г.
2015/2016	Web of Science» (WOS) Авторитетная политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных. Компания <a href="#">Thomson Reuters</a> Контракт безвозмездного оказания услуг №131/ЭА от 03.12.2014г.	С «3» декабря 2014г. по «3» декабря 2015г.
2015/2016	ЭБС «Лань» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО в соответствии с требованиями ФГОС, а также монографии и научная периодика. ООО «Издательство Лань» Договор №б/н от 22.09.2014г. Договор №б/н от 11.11.2014г.	С 22 сентября 2014г по 11 ноября 2015г
2015/2016	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва) Договор №18СЛ/10-2015 от 20.11.2015г.	С 20 ноября 2015 по 20 ноября 2017 г
2016/2017	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0204 от 21.06.2016г.	С «21» июня 2016г. по «21» июня 2017г.
2016/2017	Web of Science» (WOS) Авторитетная политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных. Компания <a href="#">Thomson Reuters</a> Контракт №113/ЭА от 04.12.2015г.	С «4» декабря 2015г. по «4» декабря 2016г.
2016/2017	База данных Science Index (РИНЦ) Национальная информационно-аналитическая система ООО «НЭБ» Договор № SIO-741/2017 от 27.02.2017; ООО «НЭБ» Договор № SIO-741/2018 от 05.03.2017	С 27 февраля 2017 по 27 февраля 2018 г С 5 марта 2017 по 5 марта 2018 г
2016/2017	ЭБС «Лань» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО в соответствии с требованиями ФГОС, а также монографии и научная периодика. ООО «Издательство Лань» Договор №б/н от 19.10.2015г.	С 19 октября 2015г по 19 октября 2016г
2016/2017	Национальная электронная библиотека РГБ Объединенный электронный каталог фондов российских библиотек, содержащий описания и полнотекстовые электронные документы образовательного и научного характера по различным отраслям знаний. ФГБУ «Российская государственная библиотека» Договор №101/НЭБ/1666 от 30.08.2016 Договор с дальнейшей пролонгацией на следующий год	С 30 августа 2016г по 30 августа 2017г
2016/2017	ЭБС «АйПиЭрбукс» 107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий. ООО «Ай Пи Эр Медиа» (г. Саратов) Лицензионный договор №2313/17 от 07.11.2016г.	С 7 ноября 2016 г по 7 ноября 2017 г
2016/2017	Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина Более 500 000 электронных документов по истории Отечества, российской государственности, русскому языку и праву. ФГБУ «Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина» (г. Санкт-Петербург) Соглашение от 15.11.2016г. (с дальнейшей пролонгацией на следующий год)	С 15 ноября 2016 г по 15 ноября 2017г
2017/2018	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0020 от	С «10» февраля 2017г. по «10» ноября 2017г.

	10.02.2017г.	
2017/2018	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0191 от 10.11.2017г.	С «10» ноября 2017г. по «10» июня 2018г.
2017/2018	Web of Science» (WOS) Авторитетная политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных. Компания <a href="http://thomsonreuters.com">Thomson Reuters</a> Сублицензионный договор №WoS/624 от 01.11.2017г.	С «1» ноября 2017г. по «1» ноября 2018г.
2017/2018	Издательство «Elsevier. Наука и технологии» Контракт №20/ЭА-223 от 06.12.2016г; Договор № б/н от 16.02.18г.	С «6» декабря 2017г. по «6» декабря 2018г.
2017/2018	База данных Science Index (РИНЦ) Национальная информационно-аналитическая система ООО «НЭБ» Договор № SIO-741/2015 от 18.01.2016 г	С 18 января 2016 по 18 января 2017 г
2017/2018	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва) Договор №67СЛ/09-2017 от 14.11.2017г.	С 14 ноября 2017 по 14 ноября 2018 г
2017/2018	ЭБС «АйПиЭрбукс» 107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий. ООО «Ай Пи Эр Медиа» (г. Саратов) Лицензионный договор №2749/17 от 03.04.2017г.	С 3 апреля 2017г по 3 апреля 2018 г
2017/2018 2018/2019	Научная электронная библиотека (НЭБ РФФИ) Электронная библиотека научных публикаций	Бессрочно
2018/2019	Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки Договор №095/04/0104 от 04.07.18	С «4» июля 2018г. по «4» июля 2019 г.
2018/2019	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва) Договор №122СЛ/09-2018 от 17.09.2018г.	С 17 сентября 2017 по 17 сентября 2018 г
2018/2019	ЭБС «АйПиЭрбукс» 107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий. ООО «Ай Пи Эр Медиа» (г. Саратов) Лицензионный договор №3514/18 от 20.03.2018г.	С 20 марта 2017 г по 20 марта 2018 г
2018/2019	Международная система библиографических ссылок Crossref Цифровая идентификация объектов (DOI) НП «НЭИКОН» Договор №CRNA-714-18 от 07.03.2018г.	С 7 марта 2017 г по 7 марта 2018 г

## 7.1. Основная литература

1. Белоцерковский З.Б. Эргометрические и кардиологические критерии физической работоспособности у спортсменов. – М.: Советский спорт, 2005. – 312 с.
2. Дубровский В.Я. Спортивная физиология. [Текст]: учебник /В.Я. Дубровский; - изд-во: Владос, 2005.- 462с.
3. Иорданская Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений [Текст]: монография /Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2011. – 142 с.

4. Епифанов В.А. Спортивная медицина. [Текст]: учебное пособие /В.А. Епифанов;- изд-во: ГЭОТАР-Медиа , 2006.- 336с.
5. Иванов А.Б., Шерхов З.Х. Методические указания к лабораторным занятиям по теме «Комплексный контроль и диагностика функционального состояния организма спортсмена». – Нальчик: Каб.-Балк. ун-т, 2008.
6. Макарова Г.С. Спортивная медицина. [Текст]: Учебник /Г.С. Макарова;- Советский спорт, 2010. - 480с.

## **7.2. Дополнительная литература**

1. Граевская Н.Д. Оценка функционального состояния спортсменов по показателям состояния и взаимосвязи различных физиологических систем организма. [Текст]: / В кн.: Современная система и методы врачебного контроля в спорте. МОГИФК, Малаховка, 1987. - С. 4-12.
2. Макарова Г.А. Медицинский справочник тренера. [Текст]: / Г.А. Макарова; – М.: Советский спорт. 2005. – 826 с.
3. Никулин Б.А., Родионова И.И. Биохимический контроль в спорте. [Текст]: Монография / Б.А. Никулин, И.И. Родионова; – М.: Советский спорт, 2011. – 232с.
4. Платонов В. Н. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов. [Текст]: / В. Н. Платонов, С. А. Олейник, Л. М. Гунина; – Советский спорт, 2010. – 308 с.
5. Тхазеплов А.М. Организация контроля подготовленности спортсменов в различных видах спорта /Учебно-метод. пособие. – Нальчик: Типография Каб-Балк. унив-та, 2007. – 76 с.
6. Шелков О.М. Технология комплексной диагностики состояний квалифицированных спортсменов при выполнении сложнокоординатных и точностных движений / Монография - СПб., СПбНИИ физической культуры, 2004. – 234 с.

## **7.3. Периодические издания**

1. Журнал «Теория и практика физической культуры».
2. Вестник проблемного совета по ФК РАО. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка

## **7.4. Интернет-ресурсы**

<http://www.kgafk.ru/kgufk/html/uchmetrologia.html>  
<http://apokin.ucoz.ru/load/4-1-0-6>  
<http://lib.rus.ec/b/202455>

## **7.5. Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы**

В рамках реализации данной дисциплины используются следующие образовательные технологии: на теоретических занятиях раскрывается значение, задачи и содержание изучаемой дисциплины, излагается программный материал.

Практические занятия организуются и проводятся в условиях Республиканского физкультурно-спортивного диспансера в форме практического участия в измерительных и тестовых процедурах, выполняемых совместно с врачами и медперсоналом диспансера. Семинарские занятия проводятся в форме «круглого стола», обсуждения проблемных ситуаций, вопросно-ответной системе. Студенты овладевают методическими приемами организации и проведения комплексного контроля.

Лекция – главное звено дидактического цикла обучения. Её цель – формирование у студентов ориентировочной основы для последующего усвоения материала методом самостоятельной работы. Содержание лекции должно отвечать всем необходимым дидактическим требованиям.

Студентам на лекционных занятиях конспектируют основные моменты материала лекции. Чтобы сохранить смысловую часть лекции желательно конспектировать приводимые преподавателем подлинные факты, события, явления, статистические данные. Это позволит обеспечить тесную связь теоретических положений и выводов с практикой, и хорошо подготовиться к семинарскому занятию. В конце каждой лекции необходимо записывать литературные источники, которые необходимы студентам для уточнения, расширения знаний, самостоятельной работы и подготовки к семинарским занятиям.

Семинарское занятие проводится по узловым и наиболее сложным вопросам (темам, разделам) учебной программы. Оно может быть построено как на материале одной лекции, так и на содержании обзорной лекции, а также по определённой теме без чтения предварительной лекции. Главная и определяющая особенность любого семинара – наличие элементов дискуссии, проблемности, диалога между преподавателем и студентами, и самими студентами.

На семинарских занятиях прорабатываются, углубляются и закрепляются вопросы, связанные с соответствующей темой лекции, а также вопросы по ней, изучаемые студентами самостоятельно.

Практические занятия должны полностью строиться на педагогически организованной самостоятельной работе студентов, которая по содержанию и организации может носить самый разнообразный характер: участие совместно с преподавателем в использовании практических методик в организации комплексного контроля, самостоятельное выполнение операции и т.д. На занятиях используются методы, способствующие проявлению творческих способностей, активности студентов, эвристические приемы обучения.

**На контрольных занятиях** студенты отвечают на специально поставленные преподавателем вопросы, которые включают в себя определенный раздел учебного материала, а также вопросы семинарского занятия по дисциплине. Контрольные занятия помогают выявить уровень знаний студентов по конкретному разделу программы, либо уровень подготовленности к семинарскому занятию.

**Самостоятельная работа** студентов включает в себя изучение,

реферирование и конспектирование литературных источников, - выполнение письменных и устных заданий преподавателя, подготовку докладов и сообщений, участие в УИРС, НИРС, изучение отдельных вопросов организации комплексного контроля (медико-биологические аспекты) с целью подготовки к семинарским занятиям, а также участия в научно-практических конференциях.

Самостоятельная работа студентов, предусмотренная учебным планом, соответствует более глубокому усвоению изучаемого курса, позволяет формировать навыки исследовательской работы и ориентировать студентов на умение применять теоретические знания на практике. Она носит систематический характер. Результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем и учитываются при аттестации студента (зачет, экзамен).

**Методические указания к курсовой работе (курсовому проектированию) и другим видам самостоятельной работы**

По дисциплине «Комплексный контроль занимающихся физической культурой и спортом» не предусмотрено выполнение курсовой работы.

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

### **Основные документы и источники информации**

1.Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования для данного направления подготовки.

2.Примерная программа дисциплины, рекомендованная Министерством образования и науки для данного направления подготовки (специальности).

3. Рабочая программа (учебно-методический комплекс).

4.Учебная литература (учебник).

### **Лекционные занятия**

1. Конспекты (тезисы) лекций.

2 Наглядные пособия (плакаты, аудиовизуальные средства, технические средства и т.д.).

### **Практические занятия**

1. Поурочные планы-конспекты.

2. Методические указания по проведению практических занятий (в том числе в интерактивной форме).

### **Аттестационные (контрольные) мероприятия**

1.Вопросы (программы) для подготовки к экзамену.

2.Вопросы к рейтинговым контрольным мероприятиям.

3.Вопросы к письменным контрольным работам.

4. Тесты.

### **Наглядные и другие пособия и материалы**

1. Интерактивная доска, компьютер.

Компьютерные симуляции: материал в виде презентаций для демонстрации на интерактивной доске на лекциях и семинарских занятиях.

2.Учебно-методические материалы в электронной форме,

предусмотренные информационно-поисковой системой института «Информация для студентов».

3. Папка по дисциплине на кафедре подразделения с материалами в помощь студенту.

*Перечень программных продуктов* (лицензионных и свободно распространяемых без лицензии), используемых при проведении различных видов занятий:

- Справочно-информационные системы «Консультант Плюс» и «Гарант».
- Продукты MICROSOFT (Desktop Education ALNG LicSaPk OLVS Academic Edition Enterprise) подписка (Open Value Subscription) № V 2123829
- Kaspersky Endpoint Security Стандартный Russian Edition № лицензии 17E0-180427-050836-287-197
- AltLinux (Альт Образование 8) № AAA.0252.00
- Продукты AUTODESK, архиватор 7z, файловый менеджер Far Manager, Adobe Reader, ZIP, PDF и др. (свободное распространение).



### 9. Лист изменений (дополнений)

в рабочей программе дисциплины (модуля) «Комплексный контроль занимающихся физической культурой и спортом» по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура» на 2018 - 2019 учебный год.

№	Элемент (пункт) РПД	Перечень вносимых изменений (дополнений)	Примечание

*Обсуждена и рекомендована на заседании кафедры*

*теории и технологии физической культуры и спорта*

протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 г.

И.о. /Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ М.Н. Карданов

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 г.