

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**

**СОГЛАСОВАНО**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы  
\_\_\_\_\_ А.Н. Коноплева

Директор института  
\_\_\_\_\_ О.И. Михайленко

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.04 «Комплексный контроль в физической культуре и спорте»**

Направление подготовки 49.04.01.Педагогическое образование

Профиль подготовки (программа)  
Образование в области физической культуры и спорта

Квалификация (степень) выпускника  
магистр

Форма обучения  
Очная, заочная

Нальчик 2022

Рабочая программа дисциплины «Комплексный контроль в физической культуре и спорте» /сост. А.М. Тхазеплов – Нальчик: ФГБОУ КБГУ, 2022. - 44 с.

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины вариативной части профессионального цикла студентам очной формы обучения по направлению подготовки 49.04.01 Педагогическое образование «Образование в области физической культуры и спорта» в 3 семестре.

Рабочая программа составлена с учетом Федерального государственного образовательного стандарта (3++) высшего образования по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование (Образование в области физической культуры и спорта) (уровень магистратуры), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «22» февраля 2018 г., № 126 (зарегистрирован Минюстом России 15 марта 2018 г. № 50361).

## Содержание

1. Цель и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.....	4
3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины.....	4
4. Содержание и структура дисциплины (модуля).....	8
4.1. Содержание разделов.....	8
4.2. Структура дисциплины .....	10
4.3. Лекционные занятия.....	11
4.4. Практические занятия (семинарские занятия).....	11
<i>Лабораторные работы</i> .....	12
<i>Самостоятельное изучение разделов дисциплины</i> .....	12
5. Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации.....	13
6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности....	27
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля).....	30
7.1. Основная литература.....	30
7.2. Дополнительная литература.....	30
7.3. Периодические издания.....	31
7.4. Интернет-ресурсы.....	31
7.5. Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовым проектированию и другим видам самостоятельной работы.....	32
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	36
9. Лист изменений (дополнений)в рабочей программе дисциплины .....	42
10.Приложения.....	43

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Цель дисциплины** – формирование у магистрантов блока теоретических и практических знаний в области управления процессом подготовки (функциональной, технико-тактической, психологической) спортсмена.

**Задачи дисциплины:**

- дать магистрантам знания в области системы комплексного контроля подготовленности спортсмена;
- ознакомить магистрантов с основными уровнями комплексного контроля;
- ознакомить магистрантов с подсистемами комплексного контроля;
- дать магистрантам знания в области нетрадиционных и специальных методов комплексного контроля в спорте высших достижений.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП:**

Комплексный контроль в спорте относится к дисциплинам по выбору вариативной части профессионального цикла. (Б 1 В.04)

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: биохимия, физиология, биомеханика, психология, спортивная метрология.

Рабочая программа дисциплины «Комплексный контроль в спорте» имеет трудоемкость, равную 4 зачетным единицам в 3 семестре.

В рабочей программе дисциплины обозначено материально-техническое обеспечение, представлено учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины, куда входят: основная литература, дополнительная литература, программное обеспечение, базы данных, информационно-справочные и поисковые системы.

## **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки:

УК 6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

УК 6.1 Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития.

УК 6.2 Формулирует цели собственной деятельности, определяет пути их достижения с учетом личностных особенностей и ресурсов, условий, перспектив развития

УК 6.3 Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и умений с целью совершенствования своей деятельности.

ПКС 3 Способен организовывать, управлять и оценивать качество деятельности в области физической культуры и спорта

ПКС 3.1 Способен осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить.

ПКС 3.2 Способен оценивать эффективность подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе

текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности

ПКС 3.3 Способен использовать систему нормативов и методик контроля подготовленности обучающихся.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Код	Наименование	Результаты обучения	
УК – 6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	<u>Знать:</u>	сущность процессов организма, организацию, планирование и проведение исследований, способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования
УК-6.1	Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития.	<u>Уметь:</u>	строить прогнозы в случае адекватного и неадекватного выбора вида спорта и стиля соревновательной деятельности, формулировать рекомендации по коррекции тренировочного процесса
		<u>Владеть:</u>	навыками самостоятельной организации обследований с использованием различных средств и методов, навыками обобщения результатов научной деятельности
УК-6.2	Формулирует цели собственной деятельности, определяет пути их достижения с учетом личностных особенностей и ресурсов, условий, перспектив развития	<u>Знать:</u>	подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;
		<u>Уметь:</u>	-планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей на научной основе;
		<u>Владеть:</u>	- планированием занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планированием и проектированием мероприятий оздоровительного характера с использованием средств

			<p>гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</p> <p>- разработкой и составлением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</p>
УК-6.3	<p>Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и умений с целью совершенствования своей деятельности.</p>	<p><u>Знать:</u></p> <p><u>Уметь:</u></p> <p><u>Владеть:</u></p>	<p>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</p> <p>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем.</p> <p>- разрабатывать условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>- осуществлять педагогический контроль в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса.</p> <p>- применять способы осуществления нормативных требований и показатели физической подготовленности.</p> <p>- навыками формирования социальной и семейной культуры, основные направления и ценностные основы воспитания и социализации обучающихся.</p> <p>- навыками представления о правилах поведения в образовательном учреждении, дома, на улице, в общественных местах, на природе;</p>
<p>ПКС - 3</p> <p>ПКС 3.1</p>	<p>Способен организовывать, управлять и оценивать качество деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>Способен осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить.</p>	<p><u>Знать:</u></p> <p><u>Уметь:</u></p>	<p>- цели и задачи процесса обучения, воспитания и социализации обучающихся при проектировании образовательной программы;</p> <p>- основы формирования личностной культуры – способности к духовному развитию, нравственности, формирование основ морали и др.</p> <p>- разрабатывать процесс обучения, воспитания и социализации обучающихся при проектировании образовательной программы;</p> <p>- использовать методы и средства формирования социальной и семейной</p>

		<u>Владеть:</u>	<p>культуры, основных направлений и ценностных основ воспитания и социализации обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлением плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- распределением задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды);</li> <li>- руководством работой спортивного актива.</li> </ul>
ПКС – 3.2	Способен оценивать эффективность подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности	<u>Знать:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи;</li> <li>- методы оценки качества и результативности работы подчиненных;</li> <li>- условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией</li> </ul> <u>Уметь:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать критерии оценки эффективности подготовки обучающихся в процессе обучения;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии, в том числе текстовые редакторы и электронные таблицы, в своей деятельности.</li> </ul> <u>Владеть:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологией планирования нормативных и учетных документов для успешной подготовки обучающихся в процессе обучения;</li> <li>- методами повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией.</li> </ul>	
ПКС 3.3	Способен использовать систему нормативов и методик контроля подготовленности обучающихся.	<u>Знать:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы разработки должных норм и нормативных требований для оценки результативности деятельности обучающихся;</li> <li>- систему планирования, оценки и контроля уровня физического развития и подготовленности обучающихся;</li> <li>- формы и методы составления критериев оценки уровня подготовленности учащихся.</li> </ul> <u>Уметь:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять научные проблемы в области физической культуры и спорта,</li> <li>- планировать исследование, определять его методологию</li> </ul>	использовать измерительную

		<p><u>Владеть:</u></p> <p>информацию для обработки и анализа показателей подготовленности спортсменов, их соревновательных и тренировочных нагрузок.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практическими навыками проведения научных исследований в физкультурно-спортивной деятельности, методикой оценки уровня подготовленности обучающихся;</li> <li>- методическими разработками и приемами осуществления организации видов комплексного контроля в процессе подготовки спортсменов;</li> <li>- системой оценки уровня подготовленности обучающихся в процессе осуществления психолого-педагогического и медико-биологического видов контроля на этапах подготовки.</li> </ul>
--	--	--

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Содержание разделов

*Таблица 1. Содержание разделов дисциплины «Комплексный контроль в спорте», перечень оценочных средств и контролируемых компетенций УК-6, ПКС-3*

№ разд	Наименование раздела	Содержание раздела	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1.	Методологические основы комплексного контроля в спорте	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.	УК-6, ПКС-3	К, Т, 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	УК-6, ПКС-3	Р, Т, К



		исследование 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.		
3.	<b>Основы функционального тестирования. Функциональные пробы и тесты</b>	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.	УК-6, ПКС-3	
4	<b>Контроль состояния сердечно-сосудистой и кардиореспираторной системы организма</b>	Пульсометрия. Радиотелеметрическая регистрация ЧСС. Систолическое, диастолическое давление. Прямой метод измерения артериального давления (АД). Пальпаторный, аускультативный, осциллометрический методы измерения АД. Пульсовое давление. Определение скорости кровотока. Электрокардиография. 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. 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.	УК-6, ПКС-3	
5.	<b>Контроль функций нервно-мышечной системы и системы</b>	Миотонометрия и электромиография. Хронаксиметрия. Стабиллография. ЭЭГ. Диагностика функциональных систем органа зрения, слуха. Камертональный стремечковый тест. Проба Ромберга (простая, усложненная). Проба Яроцкого. Морфофункциональные	УК-6, ПКС-3	

	<b>анализаторов</b>	особенности скелетных мышечных волокон. Теплообразование при мышечном сокращении. Типы двигательных единиц. Регуляция сокращения мышц. Морфофизиологические основы двигательных качеств спортсмена. Координация.		
6.	<b>Биохимический контроль в спорте</b>	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. Спортивная фармакология: цели, задачи. Фармакологические средства на различных этапах подготовки спортсменов. Анаболические стероиды, допинги нестероидной структуры. Адаптогены растительного и животного происхождения. Питание спортсменов.	УК-6, ПКС-3	

В графе 4 приводятся планируемые формы текущего контроля: написание реферата (Р), коллоквиум (К), тестирование (Т).

#### *Структура дисциплины (модуля) «Комплексный контроль в физической культуре и спорте»*

На изучение курса на очной форме обучения отводится 144 часа (4 з.е.), из них: контактная (аудиторная) работа 36 часа, в том числе лекционных – 18 часов; практических (семинарских) – 18 часов; самостоятельная работа обучающегося, в том числе контактная (внеаудиторная) работа – 81 часов; подготовка и прохождение промежуточной аттестации 27- часов.

### **4.2. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Вид работы	Трудоемкость, часов/зачетных единиц	
	3 сем	всего
<b>Общая трудоемкость (в часах)</b>	<b>144</b>	<b>144</b>
<b>Контактная работа (в часах):</b>	<b>36</b>	<b>36</b>
Лекционные занятия (Л)	<b>18</b>	<b>18</b>
Практические занятия (ПЗ)	<b>18</b>	<b>18</b>
Лабораторные работы (ЛР)	Не предусмотрены	Не предусмотрены
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>81</b>	<b>81</b>
Расчетно-графическое задание (РГЗ)	<i>Не предусмотрено</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Реферат (Р)	<b>16</b>	<b>10</b>
Эссе (Э)	<i>Не предусмотрено</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Контрольная работа (К)	<b>10</b>	<b>10</b>
Самостоятельное изучение разделов	<b>52</b>	<b>52</b>
Курсовой проект (КП), курсовая работа (КР)	3	3
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	<b>27</b>	<b>27</b>

#### 4.3. Лекционные занятия

Таблица 4. Темы лекций

№ п/п	тема
1	Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов. Принцип системности и комплексности.
2	Структура системы комплексного контроля в спорте. Основные виды контроля. Информативность, надежность, объективность параметров, тестов, методов и средств контроля.
3	Основные подсистемы комплексного контроля в спорте. ТК, ОК, ЭКО, УКО, ОСД. Разделение методов комплексного контроля на уровни.
4	Особенности системного подхода при реализации комплексного контроля.
5	Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов. Принцип системности и комплексности.
6	Параметры комплексного контроля и методы их измерения в пяти основных группах видов спорта (циклических, скоростно-силовых, единоборствах, игровых, сложнокоординационных), унифицированных по подсистемам контроля (педагогического, медико-биологического, биохимического, биомеханического, психологического) и используемых в различных видах контроля (ОК, ТК, ЭКО, УКО, ОСД)
7	Оценка функционирования кардиореспираторной системы организма.
8	Контроль функций нервно- мышечной системы и системы анализаторов. Задачи, виды, организация биохимического контроля.

Таблица 6. Практические (семинарские) занятия

№	Тема
1	Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов
2,3	Информативность, надежность, объективность параметров, тестов, методов и средств контроля
4,5	Метрологическое обеспечение измерений в процессе комплексного контроля
6	Параметры комплексного контроля и методы их измерения в циклических видах спорта
7	Параметры комплексного контроля и методы их измерения в скоростно-силовых видах спорта
8	Параметры комплексного контроля и методы их измерения в игровых видах спорта
9	Параметры комплексного контроля и методы их измерения в единоборствах
10	Параметры комплексного контроля и методы их измерения в сложнокоординационных видах спорта
11	Оценка физического развития по антропометрическим данным
12	Оценка функционирования кардиореспираторной системы организма.
13,14	Контроль функций нервно - мышечной системы и системы анализаторов.

15,16	Биохимический контроль в спорте
-------	---------------------------------

Таблица 7. Лабораторные занятия- не предусмотрены

Таблица 8. Самостоятельное изучение разделов дисциплины

№	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	Спортивная тренировка как процесс управления. Параметры, измеряемые в физической культуре и спорте: <i>интегральные</i> , отражающие суммарный эффект функционального состояния различных систем организма; <i>комплексные</i> , относящиеся к одной из функциональных систем организма спортсмена; <i>дифференциальные</i> , характеризующие только одно свойство системы; <i>единичные</i> , раскрывающие одну величину отдельного свойства системы
3	Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов. Принцип системности и комплексности. Структура системы комплексного контроля в спорте. Основные виды контроля. Основные подсистемы комплексного контроля в спорте. "Батарея" тестов. Логический метод определения информативности тестов. Эмпирический метод определения информативности тестов. Эквивалентность и согласованность тестов. Корреляционные методы, их характеристика и применение в работе с тестами.
4	Методы: фотохронометрия, видеомагнитоскопия, подометрия, динамометрия, гониометрия, тахокорпография, радиотелеметрия, пульсометрия, реография, электрокардиография, спирометрия, миононометрия, антропометрия, электромиография, биопсия, гемометрия, рН-метрия, хронорефлексометрия и др.
5	Методы: подометрия, фотохронометрия, динамометрия, гониометрия, видеомагнитоскопия, биопсия, сфигмоманометрия, электроэнцефалография, электрокардиография, стабиллография, треморометрия, радиотелепульсометрия
6	Функции позвоночника. Патологические состояния позвоночника. Дисфункции осанки. Измерение ромба Мошкова. Формы грудной клетки и живота. Визуальные и измерительные методы исследование стопы. Определение состава тела. Определение «должной» массы тела. Определение силы кисти и становой силы.
7	Пульсометрия. Радиотелеметрическая регистрация ЧСС. Систолическое, диастолическое давление. Прямой метод измерения артериального давления (АД). Пальпаторный, аускультативный, осциллометрический методы измерения АД. Пульсовое давление. Определение скорости кровотока. Электрокардиография. Параметры внешнего дыхания. Адаптация сердечно-сосудистой и дыхательной систем к гипоксической и к велоэргометрической нагрузке. Биорезонансная (биолокационная) диагностика.
8	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. Морфофизиологические основы двигательных качеств спортсмена. Координация.

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

Конечными результатами освоения программы дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование этих дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках различного вида занятий и самостоятельной работы.

В ходе изучения дисциплины предусматриваются текущий, рубежный контроль и промежуточная аттестация.

Оценочные материалы для текущего контроля. Цель текущего контроля – оценка результатов работы в семестре и обеспечение своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающегося. Объектом текущего контроля являются конкретизированные результаты обучения (учебные достижения) по дисциплине. Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в физической культуре и спорте» включает: устные опросы на практических занятиях, самостоятельное выполнение домашних заданий с отчетом (защитой) в установленный срок, написание рефератов.

Оценка качества подготовки на основании выполненных заданий ведется преподавателем (с обсуждением результатов), баллы начисляются в зависимости от сложности задания.

### *5.1.1. Вопросы по темам дисциплины Комплексный контроль в спорте*

#### **Тема №1. Методологические основы комплексного контроля в спорте**

1. Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.
2. Принцип системности и комплексности.
3. Структура системы комплексного контроля в спорте.
4. Основные виды контроля.
5. Информативность, надежность, объективность параметров, тестов, методов и средств контроля.
6. Основные подсистемы комплексного контроля в спорте. ТК, ОК, ЭКО, УКО, ОСД.
7. Разделение методов комплексного контроля на уровни.

#### **Тема №2 Параметры, методы и тесты комплексного контроля в спорте**

8. Особенности системного подхода при реализации комплексного контроля.
9. Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.
10. Принцип системности и комплексности.
11. Параметры комплексного контроля и методы их измерения в пяти основных группах видов спорта (циклических, скоростно-силовых, единоборствах, игровых, сложнокоординационных), унифицированных по подсистемам контроля (педагогического, медико-биологического, биохимического, биомеханического, психологического) и используемых в различных видах контроля (ОК, ТК, ЭКО, УКО, ОСД).
12. Оценка функционирования кардиореспираторной системы организма.
13. Контроль функций нервно-мышечной системы и системы анализаторов. Задачи, виды, организация биохимического контроля.

**Контрольные вопросы, выносимые на коллоквиум (формируемые компетенции УК-6, ПКС-3)**

#### **Коллоквиум №1**

1. Роль место и значение комплексного (педагогического) контроля в подготовке спортсменов.

2. Анализ и характеристика основных групп показателей регистрируемых в ходе комплексного (педагогического контроля).
3. Разновидность комплексного (педагогического) контроля в спорте, их назначение.
4. Характеристика основных направлений и содержания педагогического контроля в спорте.
5. Какие параметры необходимо оценивать в ходе контроля объема и интенсивности тренировочных нагрузок?
6. Цель, задачи и содержание оперативного контроля в спортивной подготовке.
7. Различают, в зависимости от задач и объема исследуемых показателей углубленный, избирательный и локальный контроль, в чем их различия.
8. Анализ основных задач комплексного (педагогического) контроля (4).
9. В зависимости от длительности периода, для перехода из одного состояния в другое, выделяют три типа состояния тренировочных воздействий на спортсмена (этапное, текущее, оперативное) в чем их суть.
10. Требования к выбору контрольных упражнений (тестов).

### **Коллоквиум №2**

11. Способы, методика и средства оценки физического развития юных спортсменов
12. Анализ основных средств и способов контроля технической подготовки спортсменов.
13. Цель, задачи и содержание этапного контроля, обосновать.
14. Формы, средства и методы контроля эффективности соревновательной деятельности.
15. Из каких составляющих складывается комплексный педагогический контроль юных спортсменов.
16. Из каких оценочных действий состоит самоконтроль юных спортсменов.
17. Анализ основных педагогических средств восстановления.
18. Требования к составлению комплексов контрольных упражнений для текущего оперативного контроля.
19. Требование к структуре и содержанию программы спортивной подготовки.

### **Коллоквиум №3**

20. Допинги и причины их запрета, определение понятия «допинг».
21. Дневник самоконтроля, форма, параметры учета.
22. Анализ основных факторов, средств и методов восстановления в спорте
23. Педагогические (8) и психологические (3) средства восстановления, их анализ и обоснование.
24. Анализ общих принципов восстановления (5).
25. Цель и направленность психологических методов восстановления.
26. Виды спортивного массажа (тренировочный, предварительный, восстановительный) в чем их различия?
27. Анализ основных приемов рекомендуемых для общего тренировочного массажа.
28. Разновидности предварительного массажа и восстановительного.

### *Методические рекомендации по подготовке к устному опросу*

При подготовке к устному опросу следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.

### **Критерии оценивания при устном опросе**

Баллы (оценка)	Критерии оценивания
----------------	---------------------

3 балла («отлично»)	Обучающийся: – полно излагает изученный материал, дает правильное определение понятий; – обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; – излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.
2 балла («хорошо»)	Обучающийся: – дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, установленным для оценки «отлично», но допускает не более 2 негрубых ошибок, которые сам же исправляет, и не более 3 недочетов.
1 балл («удовлетворительно»)	Обучающийся: – обнаруживает знание и понимание основных положений темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий (допускает более 2 негрубых ошибок); – излагает материал непоследовательно, допускает более 3 недочетов.
0 баллов («неудовлетворительно»)	Обучающийся: – обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала (допускает грубые ошибки).

*Грубые ошибки:* неправильный ответ или пояснения к ответу на поставленный вопрос; неправильное определение базовых терминов по дисциплине.

*Негрубые ошибки:* неточный или неполный ответ на поставленный вопрос; при правильном ответе неумение самостоятельно или полно обосновать и проиллюстрировать его.

*Недочеты:* непоследовательность, неточность в языковом оформлении излагаемого.

Баллы (1-3) могут ставиться не только за единовременный ответ, но и за рассредоточенный во времени, т.е. за сумму ответов обучающегося на протяжении занятия.

### *Тематика рефератов*

#### *Тема №1. Методологические основы комплексного контроля в спорте*

- 1.Современные проблемы комплексного контроля в спорте.
- 2.Место и роль комплексного контроля в системе подготовки спортсменов.
- 3.Современные носимые и бесконтактные средства измерений движений спортсмена.
- 4.Особенности комплексного контроля при подготовке футболистов.
- 5.Особенности комплексного контроля при подготовке гимнастов.
- 6.Особенности комплексного контроля в избранном виде спорта.

#### *Тема №2. Параметры, методы и тесты комплексного контроля в спорте*

- 7.Метрологическое обеспечение измерений в процессе комплексного контроля.
- 8.Фармакологические средства на различных этапах подготовки спортсменов.
- 9.Питание спортсменов.
- 10.Проблемы фармакологического и генетического допинга в спорте высших достижений.

11.Современные методы оценки состояния кардиореспираторной системы организма спортсмена.

12.Современные способы осуществления биомеханического контроля в спорте.

*Требования к структуре, содержанию, методические рекомендации по написанию реферата*

В соответствии с Положением о рабочей программе дисциплины (модуля) по образовательным программам высшего образования в КБГУ, принятого УМС КБГУ 01 июня 2018 г. (протокол № 8) и утвержденного проректором по УР (<https://kbsu.ru/wp-content/uploads/2018/12/rpd01.pdf>) *реферат* – доклад на определенную тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников; краткое изложение содержания научной работы, книги (или ее части), статьи с основными фактическими сведениями и выводами. Реферат является творческой исследовательской работой, основанной, прежде всего, на изучении значительного количества научной и иной литературы по теме исследования.

Реферат подготавливается и оформляется с учетом требований ГОСТ 7.32 -2001.

*Требования к структуре и содержанию реферата:*

Реферат, как правило должен содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- текст реферата (основная часть);
- заключение;
- список использованных источников (список литературы);
- приложения (при необходимости).

Титульный лист реферата оформляется по требованиям, указанным ниже.

Содержание – перечень основных частей работы с указанием листов (страниц), на которых их помещают. Содержание должно отражать все материалы, представляемые к защите работы. Слово «Содержание» записывают в виде заголовка, симметрично тексту, с прописной буквы, без номера раздела. В содержании приводятся наименования структурных частей реферата, глав и параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф.

Во введении необходимо обозначить обоснование выбора темы, ее актуальность, объект и предмет, цель и задачи исследования, описываются объект и предмет исследования, информационная база исследования и структура работы. Заголовок «Введение» записывают симметрично тексту с прописной буквы.

В тексте реферата (основной части) излагается сущность проблемы и объективные научные сведения по теме реферата, дается критический обзор источников, собственные версии, сведения, оценки. Содержание основной части должно точно соответствовать теме реферата и полностью ее раскрывать. Главы и параграфы реферата должны раскрывать описание решения поставленных во введении задач. Поэтому заголовки глав и параграфов, как правило, должны соответствовать по своей сути формулировкам задач реферата. Заголовок «ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ» в содержании реферата быть не должно. Текст реферата должен содержать адресные ссылки на научные работы, оформленные в соответствии с требованиями ГОСТ. Также обязательным является наличие в основной части реферата ссылок на использованные источники. Изложение необходимо вести от третьего лица («Автор полагает...») либо использовать безличные конструкции и неопределенно-личные предложения («На втором этапе исследуются следующие подходы...», «Проведенное исследование позволило доказать...» и т.п.).

Заключение должно содержать краткие выводы по результатам выполненной работы, оценку полноты решения поставленных задач, разработку рекомендаций по использованию результатов исследования.

Список литературы должен оформляться в соответствии с общепринятыми



библиографическими требованиями и включать только использованные студентом публикации. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно, для реферата их рекомендуемое количество от 10 до 20. Сведения об источниках приводятся в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1. ГОСТ 7.80. ГОСТ 7.82. 5.10.2. Список использованных источников должен включать библиографические записи на документы, ссылки на которые оформляют арабскими цифрами в квадратных скобках.

*Требования по оформлению реферата:*

1. Печатная форма – документ должен быть создан на компьютере, в программе Microsoft Word.

2. Объем реферата – не менее 10 страниц и не более 20 страниц машинописного текста (без учета титульного листа, списка ключевых слов, содержания, списка использованных источников и приложений). Распечатка производится на одной стороне листа. Формат стандартный – А4.

3. Поля страницы: левое – 30 мм, правое, верхнее, нижнее поля – по 20 мм.

4. Выравнивание текста – по ширине. Красная строка оформляется на одном уровне на всех страницах реферата. Отступ красной строки равен 1,25 см.

5. Шрифт основного текста – Times New Roman. Размер – 14 п. Цвет – черный. Интервал между строками – полуторный.

6. Названия глав прописываются полужирным (размер – 16 п.), подзаголовки также выделяют жирным (размер – 14 п.). Если заголовок расположен по центру страницы, точка в конце не ставится. Заголовок не подчеркивается. Названия разделов и подразделов прописывают заглавными буквами. Каждый структурный элемент реферата начинается с новой страницы.

7. Между названием главы и основным текстом необходим интервал в 2,5 пункта. Интервал между подзаголовком и текстом – 2 п. Между названиями разделов и подразделов оставляют двойной интервал.

8. Нумерация страниц начинается с титульного листа, но сам титульный лист не нумеруется. Используются арабские цифры. Страницы нумеруются в нижнем правом углу без точек.

9. Примечания располагают на той же странице, где сделана сноска. Цитаты заключаются в скобки. Авторская пунктуация и грамматика сохраняется.

10. Главы нумеруются римскими цифрами (Глава I, Глава II), параграфы – арабскими (1.1, 1.2).

11. Титульный лист – в верхней части указывают полное название университета. Ниже указывают тип и тему работы. Используют большой кегль. Под темой, справа, размещают информацию об авторе и научном руководителе. В нижней части по центру – название города и год написания.

12. Список использованных источников должен формироваться в алфавитном порядке по фамилии авторов. Все источники нумеруются и располагаются в определенном порядке:

- законы;
- постановления Правительства;
- другая нормативная документация;
- статистические данные;
- научные материалы;
- газеты и журналы;
- учебники;
- электронные ресурсы.

Включенная в список литература нумеруется сплошным порядком от первого до последнего названия. По каждому литературному источнику указывается: автор (или группа авторов), полное название книги или статьи, место и наименование издательства (для книг и брошюр), год издания; для журнальных статей указывается наименование

журнала, год выпуска и номер. По сборникам трудов (статей) указывается автор статьи, ее название и далее название книги (сборника) и ее выходные данные. Ссылки на интернет-ресурсы в реферате правильно оформлять в соответствии с указаниями ГОСТ 7.82. Рекомендуется использовать при подготовке реферата не менее 5 источников.

13. В приложения рекомендуется включать материалы иллюстративного и вспомогательного характера. В приложения могут быть помещены: таблицы и иллюстрации большого формата; дополнительные расчеты. На все приложения в тексте работы должны быть даны ссылки. Приложения располагают в работе и обозначают в порядке ссылок на них в тексте. Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита, начиная с А, за исключением букв Ё, З, Й, О, Ч, Ь, Ы, Ъ. Например: «Приложение Б». Каждое приложение в работе следует начинать с нового листа (страницы) с указанием наверху посередине страницы слова «Приложение» и его обозначения. Приложение должно иметь заголовок, который записывают симметрично тексту с прописной буквы отдельной строкой.

*Критерии оценивания при защите реферата*

Баллы (оценка)	Критерии оценивания
3 балла («отлично»)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы работы;</li> <li>– логичность и последовательность в изложении материала в работе;</li> <li>– качество работы с зарубежными и отечественными источниками информации и данных, Интернет-ресурсами (актуальность источников, достаточность использованных источников для раскрытия темы работы);</li> <li>– правильность оформления работы (соответствие стандарту в представлении текста, ссылок, цитат, таблицы, графического материала и т.д.);</li> <li>– способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса, обоснованность выводов в работе;</li> <li>– работа представлена в срок;</li> <li>– способность к публичной коммуникации, получены обоснованные ответы на дополнительные вопросы аудитории и преподавателя при защите работы.</li> </ul>
2 балла («хорошо»)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соответствие содержания заявленной теме, незначительные отступления в тексте от темы работы;</li> <li>– незначительные нарушения в логичности и последовательности изложения материала в работе;</li> <li>– в целом достаточность и актуальность использованных зарубежных и отечественных источников информации и данных, Интернет-ресурсов для раскрытия темы реферата;</li> <li>– выполнены основные требования к оформлению работы (незначительные неточности и отступления от стандарта в представлении текста, ссылок, цитат, таблицы, графического материала и т.д.);</li> <li>– достаточный уровень проявленной способности к анализу и обобщению информационного материала, достаточная степень полноты обзора состояния вопроса и обоснованности выводов в работе;</li> <li>– работа представлена в срок, но с некоторыми недоработками;</li> <li>– неполные ответы (незначительные ошибки) на дополнительные вопросы аудитории и преподавателя при защите работы.</li> </ul>

1 балл («удовлетворительно»)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– имеются существенные отступления содержания от заявленной темы, значительные отступления в тексте от темы работы;</li> <li>– значительные нарушения в логичности и последовательности изложения материала в работе;</li> <li>– в целом недостаточность, неполная актуальность использованных зарубежных и отечественных источников информации и данных, Интернет-ресурсов для раскрытия темы реферата;</li> <li>– не выполнены основные требования к оформлению работы (значительные неточности и отступления от стандарта в представлении текста, ссылок, цитат, таблицы, графического материала и т.д.);</li> <li>– недостаточный уровень проявленной способности к анализу и обобщению информационного материала, тема освещена частично, отсутствуют выводы в работе;</li> <li>– работа представлена со значительным опозданием (более 1 недели), отсутствуют отдельные фрагменты работы;</li> <li>– неполные ответы со значительными ошибками на дополнительные вопросы аудитории и преподавателя при защите работы.</li> </ul>
0 баллов («неудовлетворительно»)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– тема работы не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание ее содержания;</li> <li>– поставленные задачи не выполнены или выполнены их отдельные несущественные части;</li> <li>– работа не представлена.</li> </ul>

*5.1.3. Оценочные материалы для самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «Комплексный контроль в физической культуре и спорте» (контролируемая компетенция 19, 22)*

№	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1.	Коллоквиум	Средство контроля, усвоения учебного материала темы, раздела дисциплины, организованное как учебное занятие	Вопросы по темам/разделам дисциплины, представленные в привязке к компетенциям, предусмотренным РПД
2.	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, собственные взгляды на нее	Тематика рефератов
3.	Тесты	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся	Фонд тестовых заданий
4.	Промежуточная	Вопросы, позволяющие оценивать и	Фонд вопросов

	я аттестация	диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, обобщать фактический и теоретический материал	для зачета
--	--------------	---	------------

#### *Методические рекомендации для выполнения заданий для самостоятельной работы обучающегося*

По результатам выполнения задания можно судить об уровне самостоятельности и активности обучающегося в учебном процессе.

Основные задачи самостоятельной работы:

- 1) закрепление полученных ранее теоретических знаний;
- 2) выработка навыков самостоятельной научно-исследовательской работы;
- 3) выяснение подготовленности обучающихся к будущей практической работе;
- 4) выявление способностей к научно-исследовательской и поисковой деятельности.

Выполнение заданий для самостоятельной работы необходимо для более полного освоения дисциплины и играет существенную роль в формировании профессиональных компетенций.

При подготовке заданий для самостоятельной работы необходимо придерживаться следующей технологии:

1. Внимательно изучить лекционный материал по теме, выносимой на конкретное занятие.

2. Найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках и дополнительной литературе.

*Грубые ошибки:*

– незнание или неправильное применение правил, лежащих в основе выполнения задания или используемых в ходе его выполнения, неумение формировать выводы и обобщения.

*Негрубые ошибки:*

– нерациональный выбор правил, лежащих в основе выполнения задания или используемых в ходе его выполнения.

*Недочеты:*

– небрежное оформление заданий, опiski.

*5.2. Оценочные материалы для рубежного контроля. Рубежный контроль осуществляется по более или менее самостоятельным разделам – учебным модулям курса и проводится по окончании изучения материала модуля в заранее установленное время. Рубежный контроль проводится с целью определения качества усвоения материала учебного модуля в целом. В течение семестра проводится три таких контрольных мероприятия по графику.*

В качестве форм рубежного контроля используется тестирование (письменное или компьютерное), проведение коллоквиума. На рубежные контрольные мероприятия рекомендуется выносить весь программный материал (все разделы) по дисциплине.

*Методические рекомендации к подготовке к коллоквиуму*

При подготовке к коллоквиуму следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций и практических занятий и отметить в них имеющиеся вопросы коллоквиума. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.

Подготовка к коллоквиуму начинается с установочной консультации преподавателя, на которой он разъясняет развернутую тематику проблемы, рекомендует литературу для изучения и объясняет процедуру проведения коллоквиума. Методические указания состоят из рекомендаций по изучению источников и литературы, вопросов для самопроверки и кратких конспектов ответа, относящихся к пунктам плана каждой темы.

Это должно помочь обучающимся целенаправленно организовать работу по овладению материалом и его запоминанию. При подготовке к коллоквиуму следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций и практических занятий и отметить в них имеющиеся вопросы коллоквиума. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.

Коллоквиум проводится в форме индивидуальной беседы преподавателя с каждым обучающимся или беседы в небольших группах (2-3 человека). Обычно преподаватель задает несколько кратких конкретных вопросов, позволяющих выяснить степень добросовестности работы с литературой, проверяет конспект. Далее более подробно обсуждается какая-либо сторона проблемы, что позволяет оценить уровень понимания.

*Критерии оценивания при коллоквиуме*

Баллы (оценка)	Критерии оценивания
5-6 баллов («отлично»)	<p>Ответы получены 80-100% заданных вопросов. Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– полно излагает изученный материал, дает правильное определение понятий;</li> <li>– обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> <li>– излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.</li> </ul>
3-4 балла («хорошо»)	<p>Ответы даны на 60-80% заданных вопросов. Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, установленным для оценки «отлично», но допускает не более 2 негрубых ошибок, которые сам же исправляет, и не более 2 недочетов.</li> </ul>
1-2 балл («удовлетворительно»)	<p>Ответы даны на 40-60% вопросов. Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обнаруживает знание и понимание основных положений темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий (допускает более 2 негрубых ошибок);</li> <li>– излагает материал непоследовательно, допускает более 2 недочетов.</li> </ul>
0 баллов («неудовлетворительно»)	<p>Ответы даны менее чем на 40% вопросов. Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала (допускает грубые ошибки).</li> </ul>

*Грубые ошибки:* неправильный ответ или пояснения к ответу на поставленный вопрос; неправильное определение базовых терминов по дисциплине.

*Негрубые ошибки:* неточный или неполный ответ на поставленный вопрос; при правильном ответе неумение самостоятельно или полно обосновать и проиллюстрировать его.

*Недочеты:* непоследовательность, неточность в языковом оформлении излагаемого.

*5.2.2. Оценочные материалы для проведения тестирования (образцы тестовых заданий) по дисциплине Комплексный контроль в спорте (контролируемая компетенция УК-6, ПКС-3)*

*Тест* – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений, обучающегося.

*Полный банк тестовых заданий по дисциплине представлен в ЭИОС.*

I:

S: Коэффициент работоспособности спортсмена - это отношение

+: ЛВН/ЛВР

-: ЛВР/ ЛВН

-: ЭКГ/ ЛВН

-: ЛВН/ ЭКГ

I:

S: Улучшению функционального состояния спортсмена соответствует ...

-: увеличение ЛВН и ЛВР

+: снижение ЛВН и ЛВР

-: увеличение ЛВН, снижение ЛВР

-: неизменные величины ЛВН и ЛВР

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

I:

S: Пробы с натуживанием позволяют оценить...

+: реакцию сердечно-сосудистой системы

-: состояние опорно-двигательной системы

-: гормональный статус

-: состояние вестибулярного аппарата

I:

S: Реакцию сердечно-сосудистой системы на изменение положения тела позволяет определить ...

-: степ-тест

-: проба с натуживанием

-: бег по третбану

+: ортостатическая проба

I:

S: Проба с задержкой дыхания на вдохе - это...

-: проба Мартине

-: проба Вальсальвы

+: проба Штанге

-: проба Генчи

I:

S: Степень точности определения того или иного свойства это...

-: надежность

+: информативность

-: объективность

-: достоверность

I:

S: В соответствии с временным интервалом между измерением и определением результатов критерия различают.....информативность

+: синхронную и диахронную

-: диагностическую и прогностическую

-: эмпирическую и логическую

-: факторную и параморфную

I:

S: Внутреннюю информативность теста в рамках прогноза одарённости к определённой деятельности выражает... информативность

+: параморфная

-: чистая

-: факторная

-: инкрементальная

I:

S: В процессе биомеханического контроля используются методы:

+: спидометрия

-: пульсометрия

-: рН-метрия

-: спирометрия

+: подометрия

-: гемометрия

I:

S: В процессе медико-биологического контроля используются методы:

+: пульсометрия

+: миотонометрия

-: спидометрия

-: хронометрия

-: видеомагнитоскопия

-: подометрия

### *Методические рекомендации к тестированию*

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

При самостоятельной подготовке к тестированию, обучающемуся необходимо:

1. Готовясь к тестированию, проработать информационный материал по дисциплине, получить консультацию преподавателя по вопросу выбора учебной литературы;
2. Выяснить все условия тестирования заранее: сколько тестов будет предложено; сколько времени отводится на тестирование; какова система оценки результатов и т.д.
3. При работе с тестами, необходимо внимательно и до конца прочитать вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выбрать правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
4. В процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант;
5. Если встретился трудный вопрос, не следует тратить много времени на него, лучше перейти к другим тестам и вернуться к трудному вопросу в конце.
6. Обязательно следует оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

### *Критерии оценивания по тестовым заданиям*

Предел длительности контроля	30 мин
Предлагаемое количество заданий из одного контролируемого подраздела	30 тестовых заданий
Критерии оценки	% верно выполненных тестовых заданий
«4 балла», если	76-100
«3 балла», если	51-75
«2 балла», если	26-50
«1 балл», если	11-25
«0 баллов», если	0-10



### 5.3. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

*Целью промежуточных аттестаций по дисциплине является оценка качества освоения дисциплины обучающимися.*

Промежуточная аттестация предназначена для объективного подтверждения и оценивания достигнутых результатов обучения после завершения изучения дисциплины. Осуществляется в конце семестра и представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине в виде проведения зачета.

Промежуточная аттестация может проводиться в устной, письменной форме, и в форме тестирования. На промежуточную аттестацию отводится до 25 баллов.

*Вопросы, выносимые на экзамен, для оценки уровня сформированности компетенций УК-6, ПКС-3.*

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. Параметры комплексного контроля и методы их измерения в видах спорта с циклическим характером двигательной деятельности.
7. Параметры комплексного контроля и методы их измерения в скоростно-силовых видах спорта (унифицировать по подсистемам).
8. Параметры комплексного контроля и методы их измерения в единоборствах (унифицировать по подсистемам).
9. Параметры комплексного контроля и методы их измерения в видах спорта со сложной координацией движений.
10. Пульсометрия, характеристика основных свойств пульса.
11. Измерение артериального давления.
12. Определение скорости кровотока.
13. Электрокардиография.
14. Неспецифические функциональные пробы ССС.
15. Типы реакции.
16. Определение физической работоспособности.
17. Пробы с натуживанием.
18. Степ-тест, велоэргометрические методы.
19. Ортостатическая проба.
20. Функциональные пробы ССС со специфическими нагрузками.
21. Пробы с задержкой дыхания.
22. Миотонометрия и электромиография.
23. Хронаксиметрия.
24. Стабилография.
25. Электроэнцефалография.
26. Методы исследования системы анализаторов (зрительного, слухового, вестибулярного).
27. Определение состояния позвоночника.
28. Исследование стопы.
29. Определение состава тела.

30. Определение силы кисти, становой силы.
31. Оценка уровня гибкости позвоночника.
32. Параметры комплексного контроля и методы их измерения в игровых видах спорта (унифицировать по подсистемам).
33. Задачи, виды и организация биохимического контроля.
34. Основные биохимические показатели и их изменение при мышечной деятельности.
35. Биохимический контроль развития систем энергообеспечения организма при мышечной деятельности.
36. Биохимический контроль за уровнем тренированности, утомления и восстановления организма спортсмена.
37. Допинг-контроль: организация, порядок проведения.
38. Формы грудной клетки, живота, ног.
39. Интегральные показатели работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
40. Оценка качества регуляции сердечно-сосудистой системы по индексу Робинсона.
41. Реакция сердечно-сосудистой системы на наклоны туловища.
42. Оценка развития дыхательной системы по показателям вентиляционных объемов.
43. Определение состояния системы кислородообеспечения по индексу Скибинского.
44. Показатели тренированности.
45. Комплексная оценка функционального состояния в процессе тренировки.
46. Врачебно-педагогические наблюдения.
47. Метрологическое обеспечение измерений в процессе комплексного контроля.
48. Самоконтроль в процессе тренировки и подготовки к соревнованиям.

*Методические рекомендации по подготовке и процедуре осуществления контроля выполнения*

Подготовка к экзамену производится последовательно и планомерно. Определяется место каждого вопроса, выносимого на зачет, в соответствующем разделе темы. Изучаются лекционные материалы и соответствующие разделы рекомендованных источников основной и дополнительной литературы. При этом полезно делать краткие выписки и заметки.

Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на каждый вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед зачетом за счет обращения не к литературе, а к своим записям.

#### *Критерии оценивания*

Максимальная сумма баллов, набираемая обучающимся по дисциплине, включает две составляющие:

– *первая составляющая* – оценка регулярности, своевременности и качества выполнения обучающимся учебной работы по изучению дисциплины в течение периода изучения дисциплины (сумма – не более 70 баллов). Баллы, характеризующие успеваемость обучающегося по дисциплине, набираются им в течение всего периода обучения за изучение отдельных тем и выполнение отдельных видов работ. Общий балл текущего и рубежного контроля складывается из составляющих, определенных в соответствии с распоряжением директора института.

*вторая составляющая* – оценка знаний обучающегося по результатам промежуточной

аттестации (до 25 баллов).

#### 5.4. Контроль курсовых работ (проектов)

Курсовая, является самостоятельной работой студентов, т.к. ее выполнение и защита должна демонстрировать практическую готовность студентов к решению конкретных задач в сфере будущей профессиональной деятельности. Оценка «отлично» при получении от 91 до 100 баллов. Оценка «хорошо» – от 81 до 90 баллов. Оценка «удовлетворительно» – от 61 до 80 баллов. Оценка «неудовлетворительно» – от 36 до 60 баллов.

### 6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности

Типовые задания, обеспечивающие формирование компетенции УК-6, ПКС-3 представлены в таблице 7.

Таблица 7. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

Результаты обучения (компетенции)	Индикаторы достижения компетенций	Основные показатели оценки результатов обучения	Вид оценочного материала, обеспечивающие формирование компетенций
УК-6	<p>Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.</p> <p>УК-6.1 Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития.</p> <p>УК-6.2 Формулирует цели собственной деятельности, определяет пути их достижения с учетом личностных особенностей и ресурсов,</p>	<p><b>Знать:</b> основы применения современных технологий, применяемых в науке о образовании в области физической культуры и спорта;</p> <p>сущность процессов организма, организацию, планирование и проведение исследований, способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования</p> <p><b>Уметь:</b> строить прогнозы в случае адекватного и неадекватного выбора вида спорта и стиля соревновательной деятельности, формулировать рекомендации по коррекции тренировочного процесса</p> <p><b>Владеть:</b> навыками самостоятельной организации обследований с использованием различных средств и методов, навыками обобщения результатов научной деятельности</p> <p><b>Знать</b> подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</p> <p>- основные и дополнительные формы занятий;</p>	<p>- типовые оценочные материалы для устного опроса,</p> <p>- примерные темы рефератов,</p> <p>- типовые тестовые задания,</p> <p>- типовые оценочные материалы к зачету</p>

	условий, перспектив развития	- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; <b>Уметь:</b> -планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей на научной основе; <b>Владеть:</b> - планированием занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планированием и проектированием мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - разработкой и составлением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;
	УК-6.3 Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и умений с целью совершенствования своей деятельности.	<b>Знать</b> - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем. <b>Уметь:</b> - разрабатывать условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом; - осуществлять

		<p>педагогический контроль в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять способы осуществления нормативных требований и показатели физической подготовленности.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками формирования ценностных основ воспитания и социализации обучающихся.</li> <li>- навыками представления о правилах поведения в образовательном учреждении, дома, на улице, в общественных местах.</li> </ul>	
ПКС-3	<p>Способен организовывать, управлять и оценивать качество деятельности в области физической культуры и спорта ПКС-3.1.</p> <p>Способен осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить. ПКС-3.2</p> <p>Способен оценивать эффективность подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности</p> <p>Способен использовать систему нормативов и методик контроля подготовленности обучающихся.</p>	<p><b>Знать:</b> предмет и задачи комплексного контроля в спорте; основные задачи комплексного контроля в спорте, основы научных проблем в области физической культуры и спорта, планирование исследование, методологию комплексных исследований в спорте;</p> <p><b>Уметь:</b> выявлять научные проблемы в области физической культуры и спорта, планировать исследование, определять его методологию, оценивать результаты проводимых медико-биологических тестов, грамотно применять и оценивать педагогические подходы в организации и оценке тренировочного процесса у спортсменов.</p> <p><b>Владеть:</b> практическими навыками проведения научных исследований в физкультурно-спортивной деятельности, методиками тестирования показателей возможностей организма в процессе тренировочной деятельности; опытом теоретико-методологического анализа процесса подготовки спортсменов с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры; опытом интеграции теоретических, практических,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- типовые оценочные материалы для устного опроса,</li> <li>- примерные темы рефератов,</li> <li>- типовые тестовые задания,</li> <li>- типовые оценочные материалы к зачету</li> </ul>

		физиологических, психологических наук в практике подготовки спортсменов.	
--	--	---	--

## 7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

### 7.1 Основная литература

- 1.Иванов А.Б., Шерхов З.Х. Методические указания к лабораторным занятиям по курсу «Комплексный контроль и диагностика функционального состояния организма спортсмена». – Нальчик: Каб.- Балк. Ун-т, 2008.
- 2.Бирюков А.А. Лечебный массаж. 2015 Академия.
3. Виноградов Г. П. , Ивченко Е. А. , Ивченко Е. В. , и др.
- 4.Под редакцией: Виноградов Г. П. , Ивченко Е. А. 2015г Академия.
- 5.. Иванков Ч., Литвинов С. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях. Год издания: 2015 Издательство: Владос
- 6.Полиевский С.А Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности. 2015 Академия.
- 7..Здоровый образ жизни и физическое совершенствование. Учебное пособие.– М.: Академия, 2012
- 7.Каткова А.М. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: учебное наглядное пособие/ Каткова А.М., Храмцова А.И. - Электрон. текстовые данные. - М.: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 64 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/79030.html>. - ЭБС «IPRbooks»
8. Физическая культура и спорт. Курс лекций [Текст]: учебное пособие/А.В. Шевченко, А.Н. Коноплева и др. – Нальчик: Каб.-Балк. Ун-т, 2017. – 231 с. Академия.
- 8.Здоровый образ жизни и физическое совершенствование. Учебное пособие.– М.: Академия, 2012.

### 7.2 Дополнительная литература

- 1.Баевский Р.М. Прогнозирование состояний па грани нормы и патологии. — М.: Медицина, 1979. 295 с.
- 2.Гланц С. Медико-биологическая статистика. М.: Практика, 1999.-460 с.
- 3.Гончарова Г.А., Бутков А.Д., Степанова Е.С. и др. Состояние здоровья спортсменов, тренирующихся в видах спорта, развивающих выносливость. Мед. проблемы высшего спортивного мастерства. М., 1976. - 128 с.
- 4.Граевская Н.Д. Влияние спорта на сердечно-сосудистую систему. -М.: Медицина, 1975. 279 с.
- 5.Граевская Н.Д. Оценка функционального состояния спортсменов по показателям состояния и взаимосвязи различных физиологических систем организма / В кн.: Современная система и методы врачебного контроля в спорте. МОГИФК, Малаховка, 1987. - С. 4-12.
- 6.Карпман В.Л. Спортивная медицина: учебник для институтов физической культуры. М., 1988. - 304 с.
- 7.Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов. — Киев: Здоров'я, 1990. 200 с.
- 8.Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса / под ред. Дж. Дункана Мак Дугалла, Э. Уэнгер. Киев: Олимпийская литература, 1988.-430 с.

- 9.Хадарцев А.А., Еськов В.М. Системный анализ, управление и обработка информации в биологии и медицине. Часть IV. Обработка информации, системный анализ и управление (общие вопросы в клинике, в эксперименте). Тула: ТулГУ, 2003. - 203 с.
- 10.Хрисанфова Е.Н. Конституция и биомеханическая индивидуальность человека. М.: Изд-во МГУ, 1990. - 152 с.

### 7.3 Периодические издания

1. Профилактика заболеваний и укрепление здоровья
2. Теория и практика физической культуры
3. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта
4. Физическая культура в школе
5. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
6. Физическое образование в ВУЗах
7. Профилактика заболеваний и укрепление здоровья (учебное пособие)
8. Теория и практика физической культуры (журнал)
9. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта (журнал)
10. Физическая культура в школе (журнал)
11. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка(журнал)
12. Физическое образование в ВУЗах(журнал)
13. Журнал «Физиология человека». – Библиотека КБГУ.
14. Журнал «Физкультура и спорт». – Библиотека КБГУ.
15. Журнал «Физическая культура: Воспитание, образование, тренировка». – Библиотека КБГУ.

### 7.4. Интернет-ресурсы

При изучении дисциплины обучающимся полезно пользоваться следующими Интернет – ресурсами:

№п/п	Наименование электронного ресурса	Краткая характеристика	Адрес сайта	Условия доступа
1.	«Web of Science» (WOS)	Авторитетная политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных, в которой индексируются около <b>12,5 тыс.</b> журналов	<a href="http://www.isiknowledge.com/">http://www.isiknowledge.com/</a>	Доступ по IP-адресам КБГУ
2.	Sciverse Scopus издательства «Эльзевир. Наука и технологии»	Реферативная и аналитическая база данных, содержащая 21.000 рецензируемых журналов; 100.000 книг; 370 книжный серий (продолжающихся изданий); 6,8 млн. докладов из трудов конференций	<a href="http://www.scopus.com">http://www.scopus.com</a>	Доступ по IP-адресам КБГУ
3.	Научная электронная библиотека (НЭБ РФФИ)	Электронная библиотека научных публикаций - полнотекстовые версии около 4000 иностранных и 3900 отечественных научных журналов, рефераты публикаций 20 тысяч журналов, а также описания 1,5 млн. зарубежных и российских диссертаций. 2800 российских журналов на	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Полный доступ

		безвозмездной основе		
4.	ЭБС «Консультант студента»	13800 изданий по всем областям знаний, включает более чем 12000 учебников и учебных пособий для ВО и СПО, 864 наименований журналов и 917 монографий.	<a href="http://www.studmedlib.ru">http://www.studmedlib.ru</a> <a href="http://www.medcollegelib.ru">http://www.medcollegelib.ru</a>	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
5.	ЭБС «Лань»	Электронные версии книг ведущих издательств учебной и научной литературы (в том числе университетских издательств), так и электронные версии периодических изданий по различным областям знаний.	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
6.	Национальная электронная библиотека РГБ	Объединенный электронный каталог фондов российских библиотек, содержащий 4 331 542 электронных документов образовательного и научного характера по различным отраслям знаний	<a href="https://нэб.рф">https://нэб.рф</a>	Доступ с электронного читального зала библиотеки КБГУ
7.	ЭБС «IPRbooks»	107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий.	<a href="http://iprbookshop.ru/">http://iprbookshop.ru/</a>	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
8.	ЭБС «Юрайт» для СПО	Электронные версии учебной и научной литературы издательств «Юрайт» для СПО и электронные версии периодических изданий по различным областям знаний.	<a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a>	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
9.	Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина	Более 500 000 электронных документов по истории Отечества, российской государственности, русскому языку и праву	<a href="http://www.prilib.ru">http://www.prilib.ru</a>	Авторизованный доступ из библиотеки (ауд. №214)
10.	ЭБС КБГУ	(электронный каталог фонда + полнотекстовая БД)	<a href="http://lib.kbsu.ru">http://lib.kbsu.ru</a>	Полный доступ

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

Необходимость семинарских занятий для курса «Комплексный контроль в спорте» обусловлена тем, что одной из главных задач управления педагогическим процессом, в том числе спортивной тренировкой, является наличие обратной связи, которая предполагает получение информации о результатах воздействия на организм человека средств физического воспитания и спортивной тренировки.

В этой связи к числу наиболее актуальных проблем относятся вопросы контроля за



оперативным и текущим состоянием занимающихся физическими упражнениями и кумулятивным эффектом результатов педагогической деятельности преподавателей физической культуры и тренеров. Высшее образование специалистов физической культуры и спорта также предполагает и наличие навыков проявления научно-исследовательской работы. Научно-исследовательская работа требует умения проведения соответствующих измерений, обработки данных и их анализа, что и является целью проведения семинарских занятий.

*Методические указания по подготовке студентов к коллоквиуму:*

Коллоквиумом называется собеседование преподавателя и студента по самостоятельно подготовленной студентом теме.

На коллоквиум выносятся крупные, проблемные, нередко спорные теоретические вопросы. От студента требуется:

- владение изученным в ходе учебного процесса материалом, относящимся к рассматриваемой проблеме;
- знание разных точек зрения, высказанных в экономической литературе по соответствующей проблеме, умение сопоставлять их между собой;
- наличие собственного мнения по обсуждаемым вопросам и умение его аргументировать.

Коллоквиум представляет собой не только одну из форм текущего контроля, но и одну из активных форм учебных занятий, проводимых как в виде беседы преподавателя со студентами, так и в виде семинара, посвященного обсуждению определенной научной темы.

Целями коллоквиума являются: выяснение у студентов знаний, их углубление (повышение) и закрепление по той или иной теме курса; формирование у студентов навыков анализа теоретических проблем на основе самостоятельного изучения учебной и научной литературы.

Основная задача коллоквиума - пробудить у студента стремление к чтению и использованию дополнительной литературы. На коллоквиум могут выноситься, как проблемные (нередко спорные теоретические вопросы), так и вопросы, требующие самостоятельного изучения, а также более глубокой проработки. На самостоятельную подготовку к коллоквиуму студенту отводится 1-3 недели. Подготовка включает в себя изучение рекомендованной литературы и составление конспекта. Коллоквиуму может предшествовать написание эссе. Коллоквиум проводится либо в форме индивидуальной беседы преподавателя со студентом, либо беседы в небольших группах (3-5 человек). Коллоквиум оценивается по 6-балльной системе.

*Методические рекомендации по организации самостоятельной работы*

Самостоятельная работа является одним из видов учебной деятельности обучающихся, способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, ответственности и организованности;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Аудиторная самостоятельная работа по учебной дисциплине на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется по заданию преподавателя без его непосредственного участия.

Виды заданий для внеаудиторной самостоятельной работы, их содержание и характер могут иметь вариативный и дифференцированный характер, учитывать специфику изучаемой учебной дисциплины, индивидуальные особенности обучающегося.

Контроль самостоятельной работы и оценка ее результатов организуется как единство двух форм:

- самоконтроль и самооценка обучающегося;
- контроль и оценка со стороны преподавателя.

Организуя самостоятельную работу, необходимо постоянно обучать студентов методам такой работы. Пакет заданий для самостоятельной работы следует выдавать в начале семестра, определив предельные сроки их выполнения и сдачи. Задания для самостоятельной работы желательно составлять из обязательной и факультативной частей.

Организация и осуществление контроля знаний студентов по разделу «Самостоятельная работа» проводится во внеурочной форме по системе опроса, бесед, организации и проведении контрольных работ и коллоквиумов, а также дополнительному изучению содержания периодических изданий по проблемам изучения данной дисциплины.

В целях реализации раздела СРС осуществляется подготовка и публикация учебно-методических пособий и рекомендаций. Проводится работа с первоисточниками: конспектирование, аннотирование, реферирование отдельных тем. Наблюдение на соревнованиях, уроках ФК, тренировочных занятиях, обобщение полученных данных. Разбор, изучение документов планирования, учета, проведения соревнований. Разработка отдельных документов. Просмотр и анализ наглядных пособий, учебных кинофильмов, видеозаписей и пр. Разработка и оформление схем, таблиц, графиков и т.д.

#### *Методические рекомендации по работе с литературой*

Всю литературу можно разделить на учебники и учебные пособия, оригинальные научные монографические источники, научные публикации в периодической печати. Из них можно выделить литературу основную (рекомендуемую), дополнительную и литературу для углубленного изучения дисциплины.

Изучение дисциплины следует начинать с учебника, поскольку учебник – это книга, в которой изложены основы научных знаний по определенному предмету в соответствии с целями и задачами обучения, установленными программой.

При работе с литературой необходимо учитывать, что имеются различные виды чтения, и каждый из них используется на определенных этапах освоения материала.

*Предварительное* чтение направлено на выявление в тексте незнакомых терминов и поиск их значения в справочной литературе. В частности, при чтении указанной литературы необходимо подробнейшим образом анализировать понятия.

*Сквозное чтение* предполагает прочтение материала от начала до конца. Сквозное чтение литературы из приведенного списка дает возможность студенту сформировать свод основных понятий из изучаемой области и свободно владеть ими.

*Выборочное* – наоборот, имеет целью поиск и отбор материала. В рамках данного курса выборочное чтение, как способ освоения содержания курса, должно использоваться при подготовке к практическим занятиям по соответствующим разделам.

*Аналитическое чтение* – это критический разбор текста с последующим его конспектированием. Освоение указанных понятий будет наиболее эффективным в том случае, если при чтении текстов студент будет задавать к этим текстам вопросы. Часть из этих вопросов сформулирована в ФОС в перечне вопросов для собеседования. Перечень

этих вопросов ограничен, поэтому важно не только содержание вопросов, но сам принцип освоения литературы с помощью вопросов к текстам.

Целью *изучающего* чтения является глубокое и всестороннее понимание учебной информации. Есть несколько приемов изучающего чтения:

1. Чтение по алгоритму предполагает разбиение информации на блоки: название; автор; источник; основная идея текста; фактический материал; анализ текста путем сопоставления имеющихся точек зрения по рассматриваемым вопросам; новизна.

2. Прием постановки вопросов к тексту имеет следующий алгоритм:

- медленно прочитать текст, стараясь понять смысл изложенного;
- выделить ключевые слова в тексте;
- постараться понять основные идеи, подтекст и общий замысел автора.

3. Прием тезирования заключается в формулировании тезисов в виде положений, утверждений, выводов.

К этому можно добавить и иные приемы: прием реферирования, прием комментирования.

Важной составляющей любого солидного научного издания является список литературы, на которую ссылается автор. При возникновении интереса к какой-то обсуждаемой в тексте проблеме всегда есть возможность обратиться к списку относящейся к ней литературы. В этом случае вся проблема как бы разбивается на составляющие части, каждая из которых может изучаться отдельно от других. При этом важно не терять из вида общий контекст и не погружаться чрезмерно в детали, потому что таким образом можно не увидеть главного.

Подготовка к зачету должна проводиться на основе лекционного материала, материала практических занятий с обязательным обращением к основным учебникам по курсу. Это позволит исключить ошибки в понимании материала, облегчит его осмысление, прокомментирует материал многочисленными примерами.

*Методические указания по подготовке студентов к сдаче экзамена*

Экзамен в 4-м семестре является формой итогового контроля знаний и умений обучающихся по данной дисциплине, полученных на лекциях, практических занятиях и в процессе самостоятельной работы. Основой для определения оценки служит уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного данной рабочей программой. К экзамену допускаются студенты, набравшие 36 и более баллов по итогам текущего и промежуточного контроля. На экзамене студент может набрать от 15 до 30 баллов.

В период подготовки к экзамену обучающиеся вновь обращаются к учебно-методическому материалу и закрепляют промежуточные знания.

Подготовка обучающегося к экзамену включает три этапа:

- самостоятельная работа в течение семестра;
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену по темам курса;
- подготовка к ответу на экзаменационные вопросы.

При подготовке к экзамену обучающимся целесообразно использовать материалы лекций, учебно-методические комплексы, нормативные документы, основную и дополнительную литературу.

На экзамен выносятся материалы в объеме, предусмотренном рабочей программой учебной дисциплины за семестр. Экзамен проводится в письменной / устной форме.

При проведении экзамена в письменной (устной) форме, ведущий преподаватель составляет экзаменационные билеты, которые включают в себя: тестовые задания; теоретические задания; задачи или ситуации. Формулировка теоретических заданий совпадает с формулировкой перечня экзаменационных вопросов, доведенных до сведения обучающихся накануне экзаменационной сессии. Содержание вопросов одного билета относится к различным разделам программы с тем, чтобы более полно охватить материал

учебной дисциплины.

В аудитории, где проводится устный экзамен, должно одновременно находиться не более шести студентов на одного преподавателя, принимающего экзамен. На подготовку ответа на билет на экзамене отводится 40 минут.

При проведении письменного экзамена на работу отводится 60 минут.

Результат устного (письменного) экзамена выражается оценками:

**Оценка «отлично» – от 91 до 100 баллов** – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы. Все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному. На экзамене студент демонстрирует глубокие знания предусмотренного программой материала, умеет четко, лаконично и логически последовательно отвечать на поставленные вопросы.

**Оценка «хорошо» – от 81 до 90 баллов** – теоретическое содержание курса освоено, необходимые практические навыки работы сформированы, выполненные учебные задания содержат незначительные ошибки. На экзамене студент демонстрирует твердые знания основного (программного) материала, умеет четко, грамотно, без существенных неточностей отвечать на поставленные вопросы.

**Оценка «удовлетворительно» – от 61 до 80 баллов** – теоретическое содержание курса освоено не полностью, необходимые практические навыки работы сформированы частично, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки. На экзамене студент демонстрирует знание только основного материала, ответы содержат неточности, слабо аргументированы, нарушена последовательность изложения материала.

**Оценка «неудовлетворительно» – от 36 до 60 баллов** – теоретическое содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к существенному повышению качества выполнения учебных заданий. На экзамене студент демонстрирует незнание значительной части программного материала, существенные ошибки в ответах на вопросы, неумение ориентироваться в материале, незнание основных понятий дисциплины.

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

### **8.1. Требования к материально-техническому обеспечению**

Перечень материально-технического обеспечения дисциплины включает в себя специальные помещения для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа имеются демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия. По дисциплине «Физическая культура и спорт» имеются презентации по отдельным темам курса, позволяющие наиболее эффективно освоить представленный учебный материал.

При проведении занятий лекционного типа/семинарского типа используются:  
*лицензионное программное обеспечение:*

№	Наименование программы, право использования которой предоставляется	Страна происхождения	Срок действия программного обеспечения
1	Лицензия на программно-аппаратный комплекс автоматизации планирования и 36	Российская Федерация	12 месяцев

	контроля проектов Программное обеспечение BIPULSE		
2	Лицензия на программное обеспечение для векторного графического редактора для создания и редактирования графических схем, чертежей и блок-схем. АСМОграф стандартная лицензия - векторный графический редактор	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
3	Лицензия на право использования Учебного комплекта программного обеспечения КОМПАС-3D приложение "Проектирование в строительстве и архитектуре " на 250 рабочих мест	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
4	Лицензия на право использования Учебного комплекта программного обеспечения КОМПАС-3D приложение "Проектирование в строительстве и архитектуре" для преподавателя	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
5	Лицензия на право использования Учебного комплекта программного обеспечения КОМПАС-3D приложение "Проектирование и конструирование в машиностроении" на 250 рабочих мест	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
6	Лицензия на право использования Учебного комплекта программного обеспечения КОМПАС-3D приложение "Проектирование и конструирование в машиностроении" для преподавателя	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
7	Лицензия на право использования Учебного комплекта программного обеспечения КОМПАС-3D приложение «3D-моделирование для 3D-печати" на 250 мест	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
8	Лицензия на право использования Учебного комплекта для системы прочностного анализа для КОМПАС-3D (учебный комплект программного обеспечения на 250 лицензий)	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
9	Лицензия на право использования Учебного комплекта KompasFlow для КОМПАС-3D, приложение «гидрогазодинамика» на 30 мест	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
10	Лицензия на право использования Учебного комплекта программного обеспечения KompasFlow (для преподавателя)	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
11	Лицензия на право использования Учебного комплекта программного обеспечения: пакет обновлений АРМ FEM для прочностного анализа для КОМПАС-3D (учебный комплект программного обеспечения на 250 лицензий)	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев
12	Лицензия на программное обеспечение для автоматизированного проектирования (САПР) сетевая лицензия "Платформа nanoCAD" 22 (конфигурация Pro), сетевая лицензия (серверная часть)	<b>Российская Федерация</b>	12 месяцев

№	Наименование программы, право использования которой предоставляется	Страна происхождения	Срок действия програм-ного обеспечения	Кол-во
1.	Лицензия на программное обеспечение средств антивирусной защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 1000-1500 Node 1 year Educational Renewal License (KL4863RAVFQ)	Российская Федерация	12 месяцев	1300
2.	Лицензия на офисное программное обеспечение МойОфис Стандартный	Российская Федерация	бессрочно	1300
3.	Лицензия на неисключительное право использования операционной системы Конфигурация: «Рабочая станция» РЕД ОС. Стандартная редакция	Российская Федерация	бессрочно	1300
4.	Лицензия на программное обеспечение системы управления базами данных (СУБД) Postgres Pro AC Enterprise на 1 ядро x86-64	Российская Федерация	бессрочно	2
5.	Лицензия на неисключительное право использования операционной системы Конфигурация: «Сервер» РЕД ОС. Стандартная редакция	Российская Федерация	бессрочно	5
6.	Лицензия на программное обеспечение для инвентаризации, учета ПК и оборудования Total Network Inventory 5 (100 устр.)	Российская Федерация	бессрочно	1
7.	Лицензия на программное обеспечение для анализа и построения графиков ORIGINPRO- New License Concurrent Network Single Seat EDUCATIONAL	США	12 месяцев	1
8.	Лицензия на программное обеспечение для работы с документами формата PDF Acrobat Pro DC for teams ALL Multiple Platforms Multi European Languages Level 1 (1-9) Education Named License 65297997BB01A12	США	12 месяцев	5
9.	Лицензия на программное обеспечение для поиска заимствований в текстовых документах распространённых форматов Антиплагиат ВУЗ (2000 проверок)	Российская Федерация	12 месяцев	1

10.	Лицензия на программное обеспечение для обработки растровых изображений Creative Cloud for enterprise All Apps Multiple Platforms Multi European Languages Education Device License	США	12 месяцев	50
11.	Лицензия на учебную систему автоматизированного проектирования (САПР) «Грация»	Российская Федерация	12 месяцев	8
12.	CRM-система Программа для ЭВМ "1С-Битрикс: Управление сайтом". Лицензия Старт	Российская Федерация	12 месяцев	19
13.	Образовательная платформа Этнод со средой вычислений и модельно-ориентированного проектирования Engee	Российская Федерация	12 месяцев	116
14.	Права на программное обеспечение универсальная система для всестороннего статистического анализа и визуализации данных на 500 пользователей. Statistica Ultimate Academic for Windows 10 Russian/13 English на 500 пользователей Локальная версия (Named User) Годовая лицензия	США	12 месяцев	1
15.	Права на программное обеспечение средство разработки Embarcadero RAD Studio Concurrent Academic Edition 1 Year Term License	США	12 месяцев	34
16.	Права на программное обеспечение для работы с PDF-документами. ABBYY FineReader 15 Business	Российская Федерация	12 месяцев	15
17.	Права на программное обеспечение для ведения бухгалтерского и налогового учета 1С:Бухгалтерия государственного учреждения 8 ПРОФ. Электронная поставка	Российская Федерация	12 месяцев	16
18.	Лицензия на программное обеспечение для управления стоматологической клиникой IDENT (годовая лицензия)	Российская Федерация	12 месяцев	1
19.	Лицензия на программное средство-видеоредактор Movavi видеоредактор 15 SE Academic Edition	Российская Федерация	бессрочно	70
20.	Лицензия на программное средство для записи (захвата) видео с экрана	Российская Федерация	бессрочно	70

	Movavi Screen Capture Pro (Movavi Screen Recorder)			
21.	Лицензия на фонетический, лексический и грамматический мультимедийный справочник-тренажёр обучения английскому языку Профессор Хиггинс. Английский без акцента! Версия 6.5	Российская Федерация	бессрочно	16
22.	Лицензия на электронный словарь для английского и русского языков для изучающих английский язык ABBY Lingvo x6 Английская версия (конкурентная лицензия)	Российская Федерация	12 месяцев	16
23.	Платформа для проведения вебинаров Vuebinar	Российская Федерация	12 месяцев	1

При осуществлении образовательного процесса обучающимися и преподавателем используются следующие информационные справочные системы: ЭБС «АйПиЭрбукс», СПС «Консультант плюс», СПС «Гарант».

#### *8.2. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья*

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья созданы специальные условия для получения образования. В целях доступности получения высшего образования по образовательным программам инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья университетом обеспечивается:

1. Альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих;
2. Для инвалидов с нарушениями зрения (слабовидящие, слепые):
  - присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь, дублирование вслух справочной информации о расписании учебных занятий; наличие средств для усиления остаточного зрения, брайлевской компьютерной техники, видеоувеличителей, программ невидимого доступа к информации, программ-синтезаторов речи и других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающегося с нарушениями зрения;
  - задания для выполнения на зачете зачитываются ассистентом;
  - письменные задания выполняются на бумаге, надиктовываются ассистенту обучающимся;
3. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху (слабослышащие, глухие):
  - на зачете присутствует ассистент, оказывающий обучающемуся необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);
  - зачет проводится в письменной форме;
4. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:
  - созданы материально-технические условия обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, объекту питания, туалетные и другие помещения университета, а также пребывания в указанных



помещениях (наличие расширенных дверных проемов, поручней и других приспособлений);

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;

- по желанию обучающегося зачет проводится в устной форме.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

# ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ (ДОПОЛНЕНИЙ)

в рабочую программу по дисциплине «Комплексный контроль в спорте» по  
направлению  
подготовки \_\_\_\_\_; Профиль \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_  
учебный год

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

Обсуждена и рекомендована на заседании ИПП и ФСО  
протокол № \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Директор ИПП и ФСО \_\_\_\_\_ / О.И. Михайленко

## Шкала оценивания планируемых результатов обучения

## Текущий и рубежный контроль

Семестр	Шкала оценивания			
	0-35 баллов	36-50 баллов	51-60 баллов	61-70 баллов
1	<p>Частичное посещение аудиторных занятий. Неудовлетворительное выполнение заданий на практических (семинарских) занятиях. Плохая подготовка к балльно-рейтинговым мероприятиям. Обучающийся не допускается к промежуточной аттестации.</p>	<p>Полное или частичное посещение аудиторных занятий. Частичное выполнение и защита заданий на практических (семинарских) занятиях. Выполнение тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «удовлетворительно».</p>	<p>Полное или частичное посещение аудиторных занятий. Полное выполнение и защита заданий на практических (семинарских) занятиях. Выполнение тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «хорошо».</p>	<p>Полное посещение аудиторных занятий. Полное выполнение и защита заданий на практических (семинарских) занятиях. Выполнение тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «отлично».</p>

## Промежуточный контроль

Семестр	Шкала оценивания	
	Не зачтено (36-60 баллов)	Зачтено (61-70 баллов)
1	<p>Обучающийся имеет 36-60 баллов по итогам текущего и рубежного контроля. На зачете не выполнил ни одно задание. По итогам промежуточного контроля получил 0 баллов.</p>	<p>Обучающийся имеет 36-50 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, на зачете полностью выполнил первое задание билета и частично (полностью) второе задание. По итогам промежуточного контроля получил от 11 до 25 баллов.</p> <p>Обучающийся имеет 51-60 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, на зачете выполнил полностью первое задание или частично выполнил оба задания. По итогам промежуточного контроля получил от 1 до 10 баллов.</p> <p>Обучающемуся, имеющему 61-70 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, выставляется отметка «зачтено» без сдачи зачета.</p>

*Критерии оценки качества освоения дисциплины*

Баллы (рейтинговой оценки)	Результат освоения	Требования к уровню освоения компетенции(й)
61-70	Зачтено	Компетенции УК -6, ПКС-3 освоена полностью. Обучающийся: имеет целостные, системные знания, умеет выделять главное и второстепенное; дает четкие определения понятий; последовательно и уверенно излагает материал; может применять приобретенные знания, умения и навыки для решения профессиональных задач.
36-60	Не зачтено	Компетенции УК -6, ПКС-3 освоена частично. Обучающийся: имеет разрозненные знания; допускает негрубые ошибки и неточности в определении понятий; затрудняется в изложении материала; допускает грубые ошибки при применении приобретенных знаний, умений и навыков в решении профессиональных задач.
0-35	Недопуск	Компетенции УК -6, ПКС-3 не освоены. Обучающийся: имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное; допускает грубые ошибки в определении понятий, искажает их смысл; беспорядочно и неуверенно излагает материал; не может применять приобретенные знания, умения и навыки для решения профессиональных задач.