

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»**

***Факультет физической культуры***

Кафедра ТОФК и туризма



**Рабочая программа дисциплины**

**Современные технологии исследования  
здоровья занимающихся физической  
культурой и спортом**

*(наименование дисциплины (модуля))*

Направление подготовки

**44.04.01 Педагогическое образование**

*(шифр, название направления)*

Направленность (профиль) подготовки

**Физическая культура в образовательных  
учреждениях**

Квалификация выпускника

**магистр**

Форма обучения

**Очная/заочная**

**Год начала подготовки - 2023**

*(по учебному плану)*

Карачаевск, 2023

Составитель: к.п.н. ,доц. Семенова А.О.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.04.01 магистерская программа «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура в образовательных организациях», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018г. г. № 126, образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.04.01 магистерская программа «Педагогическое образование», профиль: «Физическая культура в образовательных организациях». Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО, и другими локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры ТОФК и туризма протокол № 10 от 30.06.2023 г.

Обновлена и утверждена на 20231-2024 уч.год.

Заведующий кафедрой



доц. Джирикова Ф.Д.

## Содержание

1. Наименование дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы .....	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся .....	5
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	6
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	6
5.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий .....	8
5.4. Примерная тематика рефератов работ.....	8
5.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости .....	9
6. Образовательные технологии .....	9
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	10
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций .....	10
7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины	13
7.2.3. Тестовые задания по дисциплине «Современные технологии исследования здоровья занимающихся физической культурой и спортом» .....	15
7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров.....	20
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля).....	22
Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	22
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля) .....	23
10. требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля).....	23
10.1. Общесистемные требования.....	23
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины .....	24
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения .....	25
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	25
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья .....	25
12. Лист регистрации.....	27

## 1. Наименование дисциплины

### Современные технологии исследования здоровья занимающихся физической культурой и спортом

**Целью** изучения дисциплины является формирование у магистрантов научно-методической базы, необходимой для овладения углубленных знаний о механизмах адаптации человека к различным видам мышечной деятельности, различной по объему и интенсивности на разных этапах «спортивного» онтогенеза; выявления состояния здоровья у занимающихся физической культурой.

**Для достижения цели ставятся задачи:**

- дать представление об особенностях организма в период адаптации к систематическим физическим нагрузкам, о возможных последствиях этой адаптации для различных систем организма;
- дать представление о современных технологиях исследования здоровья обучающихся;
- обеспечить усвоение навыков медико-биологического анализа положений и движений тела и его частей с позиции взаимодействия внешних и внутренних сил, воздействующих на тело;
- познакомить с позитивным и негативным влиянием специфических спортивных нагрузок на анатомические структуры тела.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Современные технологии исследования здоровья занимающихся физической культурой и спортом» относится к профессиональному циклу дисциплин базовой части, вариативных дисциплин

Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	Б1.В.02
<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
Для успешного освоения дисциплины магистрант должен иметь базовую подготовку по дисциплинам: анатомия человека, спортивная морфология, биохимия человека, спортивная биохимия, физиология человека, физиология спорта, спортивная медицина.	

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП Содержание компетенций*	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-2:	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	УК-1.1. Выявляет проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, определяет этапы ее разрешения с учетом вариативных контекстов УК-1.2. Находит, критически анализирует и выбирает	<b>Знать:</b> истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы

		<p>информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации</p> <p>УК-1.3. Рассматривает различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски</p> <p>УК-1.4. Грамотно, логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки. Предлагает стратегию действий</p> <p>УК-1.5. Определяет и оценивает практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации</p>	<p>деятельности в сфере физической культуры и спорта;</p> <p><b>Уметь:</b> выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния</p> <p><b>Владеть:</b> методикой оказания первой доврачебной помощи пострадавшим в процессе занятий;</p>
<b>ПК-2:</b>	Способен разрабатывать и реализовывать программы воспитания и социализации обучающихся	<p>ПК 2.1- Формирует цели и задачи воспитательной работы с обучающимися и определяет целесообразные формы, методы и средства воспитательной работы в учебной и внеучебной деятельности</p> <p>ПК-2.2 Осуществляет организационно-педагогическую поддержку деятельности органов ученического (студенческого самоуправления)</p> <p>ПК-2.3 Вовлекает обучающихся в различные виды внеучебной деятельности (общественной, научной, творческой , спортивной и т.д.)</p>	<p><b>Знать:</b> средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся; возрастные особенности, о психофизических состояниях занимающихся.</p> <p><b>Уметь:</b> выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся.</p> <p><b>Владеть:</b> создавать устойчивую мотивацию на здоровую жизнедеятельность и воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни у детей и подростков, обучающихся в образовательных учреждениях.</p>

**4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 ЗЕТ, 144 академических часов

Объём дисциплины	Всего часов	
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения

<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	144	144
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)</b>		
<b>Аудиторная работа (всего):</b>	36	8
в том числе:		
лекции	18	2
семинары, практические занятия	18	6
практикумы		
лабораторные работы		
<b>Внеаудиторная работа:</b>		
В том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:		
курсовое проектирование	-	-
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)		
творческая работа (эссе)		
<b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>	108	108
<b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)</b>	1 семестр- 8ч экзамен	контроль 8 ч- экзамен- 3 семестр

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) для очной формы**

№ п/п	Раздел дисциплины	Всего в часах	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				
			Аудиторные уч. занятия			Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Ср		
1	Определения здоровья. Основные понятия о здоровье. Эволюция учения о здоровье. Физическое здоровье и критерии его оценки.	4	2		2	УК-2 ПК-2	Устный опрос
2	Понятие о здоровье и болезни. Основные формы возникновения, течения и окончания болезни. Исходы болезни.	6		2	4	УК-2 ПК-2	Доклад с презентацией
3	Понятие о физической работоспособности. Показания и	4	2		2	УК-2 ПК-2	Творческое задание

	противопоказания к определению физической работоспособности.						
4	Методы определения физической работоспособности у лиц различного возраста и пола.	6		2	4	УК-2 ПК-2	Блиц-опрос
5	Методы оценки физического состояния организма	4	2		2	УК-2 ПК-2	Тест
6	Факторы, разрушающие здоровье. Факторы, определяющие здоровье.	8	2	2	4	УК-2 ПК-2	Реферат
7	Современные воззрения на методы оценки психического здоровья.	2			2	УК-2 ПК-2	Фронтальный опрос
8	Основы общей патологии. Диагностика и профилактика спортивных травм и заболеваний.	4			4	УК-2 ПК-2	Доклад с презентацией
9	Неотложная доврачебная помощь при острых патологических состояниях и травмах при занятиях физкультурой и спортом.	4		2	2	УК-2 ПК-2	Творческое задание
10	Классификация функциональных проб. Показания и противопоказания к проведению проб.	4	2		2	УК-2 ПК-2	Устный опрос
11	Техника проведения функциональных проб.	4			4	УК-2 ПК-2	Доклад с презентацией
12	Врачебный контроль в нашей стране. Виднейшие специалисты нашей страны в сфере врачебного контроля.	2			2	УК-2 ПК-2	Творческое задание
13	Цели и задачи врачебного контроля. Организация отечественного врачебного контроля за различными контингентами населения.	4		2	2	УК-2 ПК-2	Блиц-опрос
14	Определить критерии, по которым дети могут быть отнесены к той или иной группе здоровья.	4	2		2	УК-2 ПК-2	Тест
15	Адаптация целостного организма к различным координационным (психомоторным) проявлениям с позиции полового диморфизма. Генетические предпосылки. Методы оценки.	6		2	4	УК-2 ПК-2	Реферат

16	Влияние ритмов природы и живой системы на адаптацию организма к физическим нагрузкам. Методы оценки.	2			2	УК-2 ПК-2	Фронтальный опрос
17	Особенности медицинского обследования при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой.	6		2	4	УК-2 ПК-2	Доклад с презентацией
18	Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками.	2			2	УК-2 ПК-2	Творческое задание
19	Методы оценки долговременной адаптации. Комплексная диагностика процесса адаптации организма юных спортсменов и спортсменов высокой квалификации.	6		2	4	УК-2 ПК-2	Тест
20	Адаптация организма человека к физическим нагрузкам, направленным на развитие: аэробной выносливости; анаэробной выносливости.	4		2	2	УК-2 ПК-2	Реферат
	Всего	144	18	18 / 108			

## ***5.2. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий***

Учебным планом не предусмотрены

## ***5.4. Примерная тематика рефератов работ***

1. Врачебный контроль в России, становление и развитие.
2. Здоровье и факторы, его определяющие. Факторы, разрушающие здоровье. Этапы формирования здоровья.
3. Методы исследований, применяемые во врачебном контроле.
4. Классификация функциональных проб.
5. Методы определения физической работоспособности.
6. Показания и противопоказания к определению физической работоспособности.
7. Проба Руффье. Методика тестирования. Оценка результатов тестирования пробы Руффье.
8. Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ). История возникновения тестирования.
9. Методика тестирования ИГСТ. Оценка результатов тестирования ИГСТ.
10. Особенности тестирования физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ) у детей и подростков.
11. Определение физической работоспособности по тесту PWC 170. Оценка результатов тестирования PWC 170.
12. Тесты Новакки и Купера.
13. М-тест в модификации В.И. Жолдака.



### **5.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости**

В рамках указанного в учебном плане объема самостоятельной работы по данной дисциплине предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности:

- проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа;
- опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях);
- самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа;
- подготовка к текущему контролю;
- поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме;
- решение задач;
- подготовка к промежуточной аттестации.

### **6. Образовательные технологии**

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

**Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.**

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

#### **1. Обсуждение в группах**

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождение истины или достижение лучшего взаимопонимания. Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5... 10 ошибок);
- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

## 2. Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

## 3. Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

## 7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

### 7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
<b>УК-2</b>					
Базовый	<b>Знать:</b> истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки	анатомическое строение и функции органов и систем организма человека	закономерности физического и психического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды		медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся. методы медико-биологического контроля состояния занимающихся
	<b>Уметь:</b> выбирать средства и методы	самостоятельно получать знания для		сделать выводы по излагаемому материалу	продемонстрировать глубокое и прочное

	рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния	решения творческого характера, повышенной сложности задач			усвоение знаний материала
	<b>Владеть:</b> методикой оказания первой доврачебной помощи пострадавшим в процессе занятий;		применять полученные знания для решения учебных задач; подводить итоги работы	выполнять самоконтроль.	исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал
Повышенный	<b>Знать:</b> медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в избранном виде спорта,				
	<b>Уметь:</b> организовывать процесс занятий физической культуры на основе знаний санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта <b>Владеть:</b>		вносить соответствующие коррективы в процесс занятий. методами медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся	правильно формулировать определения; продемонстрировать умения самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой	медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся. методы медико-биологического контроля состояния занимающихся
<b>ПК-2</b>					
Базовый	<b>Знать:</b> средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессионально	основные положения и методы педагогической науки	знать сущность и особенности процесса воспитания;	цель и задачи воспитания; выделять условия оптимизации процесса воспитания и самовоспитания.	продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала; исчерпывающе

	й деятельности и психофизического состояния				
	<b>Уметь:</b> выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся.	выбирать адекватную теорию и технологию для решения научных проблем	ориентироваться в многообразии педагогических концепций	Выбирать средства и методы занятий физической культурой на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся	уметь сделать выводы по излагаемому материалу
	<b>Владеть:</b> создавать устойчивую мотивацию на здоровую жизнедеятельность и воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни у детей и подростков, обучающихся в образовательных учреждениях.			способами анализа и критической оценки различных теорий, концепций	продемонстрировать умения самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой
Повышенный	<b>Знать:</b> возрастные особенности, о психофизических состояниях занимающихся.	подходов к построению системы непрерывного профессионального образования	основные средства и методы физического воспитания и спорта и их внедрения в педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний.		последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал;
	<b>Уметь:</b> осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний в области физической культуры и спорта.		оценивать и интерпретировать различные педагогические факты и явления; применять в практической деятельности инновационные педагогические идеи	использовать основные положения и методы педагогической науки при решении профессиональных задач	правильно формулировать определения;
	<b>Владеть:</b> навыками составления отчетной документации по педагогической				навыками составления отчетной документации по педагогической

деятельности на различных этапах подготовки.				деятельности на различных этапах подготовки.
--	--	--	--	--

**7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины**

**7.2.1. Вопросы на зачет**

**по дисциплине «Современные технологии исследования здоровья занимающихся физической культурой и спортом»**

1. Определения здоровья. Основные понятия о здоровье. Эволюция учения о здоровье. Физическое здоровье и критерии его оценки.
2. Современные воззрения на методы оценки психического здоровья.
3. Факторы, разрушающие здоровье. Факторы, определяющие здоровье.
4. Основы общей патологии. Диагностика и профилактика спортивных травм и заболеваний.
5. Неотложная доврачебная помощь при острых патологических состояниях и травмах при занятиях физкультурой и спортом.
6. Классификация функциональных проб. Показания и противопоказания к проведению проб.
7. Техника проведения функциональных проб.
8. Понятие о физической работоспособности. Показания и противопоказания к определению физической работоспособности.
9. Методы определения физической работоспособности у лиц различного возраста и пола.
10. Врачебный контроль в нашей стране.
11. Виднейшие специалисты нашей страны в сфере врачебного контроля.
12. Цели и задачи врачебного контроля.
13. Организация отечественного врачебного контроля за различными контингентами населения.
14. Понятие о здоровье и болезни. Основные формы возникновения, течения и окончания болезни. Исходы болезни.
15. Травматизм при занятиях физической культурой и спортом.
16. Основные заболевания и патологические состояния, являющиеся противопоказанием для занятия спортом.
17. Определить критерии, по которым дети могут быть отнесены к той или иной группе здоровья.
18. Характеризовать функциональные системы организма человека.
19. Разработать схему оценки функционального состояния лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
20. Разработать схему оценки функционального состояния вегетативной нервной системы у лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
21. Определить значение определения физической работоспособности для построения учебно-тренировочного процесса.
22. Дать современную классификацию тестирования физической работоспособности.
23. Определить показания и противопоказания к тестированию для определения физической работоспособности.

24. Определять физическую работоспособность по индексу Руффье.
25. Определять физическую работоспособность по индексу Гарвардского степ-теста (ИГСТ).
26. Определять физическую работоспособность по степ-тесту PWC 170.
27. Определить современные способы изучения максимального потребления кислорода.
28. Рассмотреть редко применяемые пробы для определения физической работоспособности.
29. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами.
30. Заболевания опорно-двигательного аппарата, типичные для детского и подросткового возраста.
31. Сроки допуска к занятиям физкультурой и спортом детей и подростков в возрастные этапы спортивной подготовки.
32. Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками.
33. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климатогеографических и погодных условиях.
34. Спортивная деятельность в условиях низких температур. Спортивная деятельность в условиях высоких температур.
35. Принципы организации и медицинского обеспечения спортивных соревнований.
36. Особенности медицинского обследования при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой.
37. Принципы определения уровня общей физической работоспособности у лиц среднего и пожилого возраста.
38. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры.
39. Особенности возмещения дефицита жидкости и электролитов в условиях спортивной деятельности.
40. Определение переутомления и перетренированности у спортсменов.
41. Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата.
42. Правовые основы спорта: ответственность руководителей, ответственность тренерско-преподавательского состава, самих занимающихся.

**Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине  
«Введение в профессию»:**

✓ 5 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 4 - балла - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 3 балла – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 2 балла – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

### **7.2.3. Тестовые задания по дисциплине «Современные технологии исследования здоровья занимающихся физической культурой и спортом»**

1. Какие разновидности крови вы знаете:  
1) артериальная; 2) венозная; 3) циркуляторная; 4) всё вышеперечисленное верно.
2. Назовите функции крови: 1) питательная; 2) дыхательная; 3) выделительная; 4) всё вышеперечисленное верно.
3. Какое количество крови в организме взрослого человека? 1) 10% или 1/10 от массы тела; 2) 6-8% или 1/12 от массы тела; 3) 7-9% или 1/11 от массы тела; 4) 11-12% или 1/9 от массы тела.
4. Что не относится к форменным элементам клеток крови: 1) эритроциты; 2) нейтрофилы; 3) лейкоциты; 4) тромбоциты.
5. Сколько в среднем живет эритроцит? 1) 20 дней; 2) 40 дней; 3) 80 дней; 4) 120 дней.
6. Какие типы гемоглобина у человека не существует? 1) примитивный; 2) фетальный; 3) взрослый; 4) животный.
7. Как называется гемоглобин, несущий на себе кислород: 1) карбгемоглобин; 2) оксигемоглобин; 3) метгемоглобин; 4) карбоксигемоглобин.
8. Как называется уменьшение лейкоцитов в крови: 1) нейтропения; 2) моноцитоз; 3) лейкопения; 4) лейкоцитоз.
9. Что такое лейкоцитарная формула? 1) % соотношение отдельных видов лейкоцитов; 2) % соотношение лейкоцитов и эритроцитов; 3) % соотношение эозинофилов и нейтрофилов; 4) % соотношение всех форменных элементов крови между собой.
10. Как называется гемоглобин, несущий на себе углекислый газ: 1) карбгемоглобин; 2) оксигемоглобин; 3) метгемоглобин; 4) карбоксигемоглобин.
11. Защитные антитела синтезируются клетками крови? 1) Т-лимфоцитами; 2) О-лимфоцитами; 3) эозинофилами; 4) тромбоцитами.
12. Переливание несовместимой крови может вызвать ... 1) снижение осмотической плотности эритроцитов; 2) повышение онкотического давления крови; 3) гемотрансфузионный шок; 4) замедление СОЭ крови.
13. Кем было открыто группы крови? 1) И.П.Павловым; 2) Ландштейнером; 3) Шванном; 4) В.Гарвеем.
14. Сколько факторов свёртывания крови существует? 1) 12 факторов; 2) 13 факторов; 3) 14 факторов; 4) 10 факторов.
15. Создатель учения о физиологии пищеварения 1) Павлов; 2) Резенков; 3) Сеченов; 4) Мечников.
16. Где не происходит процесс пищеварения? 1) в полости рта; 2) в желудке; 3) в пищеводе; 4) в толстом кишечнике.
17. Самые крупные слюнные железы? 1) подчелюстные; 2) подъязычные; 3) околоушные; 4) затылочные.
18. Внеклеточное пищеварение делится на ... 1) полостное, дистантное; 2)

мембранное, пристеночное; 3) дистантное, пристеночное; 4) контактное, мембранное.

19. Какой функции нет в пищеварительной системе? 1) гемопоэтическая; 2) всасывательная; 3) моторная; 4) экскреторная.

20. Объем ежедневно продуцируемой слюны составляет: 1) 5-10 л; 2) 0,5-2 л; 3) 2-5 л; 4) 0,1-0,5 л.

21. Вязкость и ослизняющие свойства слюны обусловлены наличием... 1) белка; 2) муцина; 3) лизоцима; 4) слизи.

22. Выделение желчи в двенадцатиперстную кишку усиливают: 1) холицистокинин; 2) поступление кислого содержимого в двенадцатиперстную кишку; 3) поступление жира в двенадцатиперстную кишку; 4) всё вышеперечисленное верно.

23. Роль желчи заключается в ... 1) активирует ферменты поджелудочного сока; 2) эмульгирует жиры; 3) усиливает двигательную активность ЖКТ; 4) всё вышеперечисленное верно.

24. Блуждающий нерв ... 1) ослабляет двигательную активность ЖКТ; 2) усиливает перистальтику кишечника и секрецию пищеварительных соков; 3) увеличивает тонус пилорического сфинктера; 4) расслабляет пилорический сфинктер.

25. Укажите несуществующую группу белков? 1) заменимые; 2) неполноценные; 3) полноценные; 4) ненужные.

26. Этот элемент содержится в гемоглобине? 1) Р; 2) К; 3) Fe; 4) Си.

27. Недостаточное поступление H<sub>2</sub>O в организм приводит к ... 1) водному балансу; 2) дегидратации; 3) водной интоксикации; 4) эйфории.

28. Содержание воды в организме составляет ... 1) 100%; 2) 90%; 3) 80%; 4) 70%.

29. Назовите функции белков: 1) структурная; 2) энергетическая; 3) защитная; 4) все перечисленные.

30. Синтез гликогена называется: 1) глюкогенолиз; 2) гликогенез; 3) гликолиз; 4) глюконеогенез.

31. В каком органе происходит образование кетоновых тел? 1) почки; 2) печень; 3) желудок; 4) головной мозг.

32. Недостаток витамина Д в организме ребенка ведет к возникновению заболевания... 1) куриная слепота; 2) нейродермит; 3) рахит; 4) анемия.

33. Какой из учёных назвал новые соединения «витаминами»? 1) Н.И.Лунин; 2) Р.И.Воробьёв; 3) Н.П.Павлов; 4) Е.А.Синьков.

34. Функция белков – передача наследственной информации осуществляется за счёт... 1) нуклеотидов; 2) нуклеопротеидов; 3) аденин; 4) рибоза. 35. Какой гормон оказывает преимущественное действие на белковый обмен? 1) инсулин; 2) адреналин; 3) тироксин; 4) антидиуретический.

36. Суточная потребность человека среднего возраста в углеводах равна: 1) 70 – 100гр; 2) 400 – 450гр; 3) 150 -200гр; 4) 300 – 350гр.

37. Процесс образования гликогена носит название ... 1) гликогенез; 2) глюконеолиз; 3) глюконеогенез; 4) гликолиз.

38. Как подразделяются витамины по их растворимой части? 1) водо - и спирторастворимые; 2) жиро - и углеродорастворимые; 3) спирто - и водорастворимые; 4) жиро - и водорастворимые.



39. В каких из ниже представленных пищевых продуктов содержится большое количество витамина «К»: 1) капуста и листья крапивы; 2) яблоки и груши; 3) мясо- и морепродукты; 4) кисломолочные продукты.
40. При недостатке, какого из ниже перечисленных витаминов возникает такое заболевание как «Куриная слепота»: 1) витамин С; 2) витамин РР; 3) витамин Д; 4) витамин А.
41. Какой из ниже представленных органов не относится к органам выделения? 1) почки; 2) кожа; 3) лёгкие; 4) сердце.
42. Структурно функциональная единица почки является ... 1) нейрон; 2) нефроз; 3) нефрит; 4) нефрон.
43. В зрелой почке содержится примерное количество нефронов? 1) 5 миллионов; 2) 4 миллиона; 3) 2 миллиона; 4) 1 миллиона.
44. Какого слоя не имеет гломерулярный фильтр? 1) эндотелий капилляра; 2) базальная мембрана; 3) мышечный слой; 4) отростки подоцитов.
45. Процесс образования и выделения мочи из организма называется? 1) анурия; 2) диурез; 3) гликозурия; 4) уремия.
46. Недостаток, какого количества воды в организме приводит к летальному исходу? 1) 50%; 2) 40%; 3) 30%; 4) 20%.
47. Конечный продукт азотистого обмена является ... 1) моча; 2) мочеви́на; 3) вода; 4) белок.
48. Какого отдела в строении нефрона нет? 1) сосудистого клубочка и капсулы; 2) проксимальный извитой каналец; 3) прямой тонкий дистальный каналец; 4) собирательные трубочки.
49. В каких канальцах реабсорбируется большое количество воды: 1) в проксимальных канальцах; 2) в дистальных канальцах; 3) в петле Генле; 4) в собирательных трубочках.
50. Основной частью клубочкового фильтра почки является ... 1) эндотелий капилляров; 2) базальная мембрана; 3) отростки подоцитов; 4) капсула Бомена.
51. Одна из ролей сурфактанта? 1) в обеспечении защиты альвеол от высыхания; 2) в осуществлении выработки антител на границе воздух – стенки альвеол; 3) в увеличении поверхностного натяжения при уменьшении размеров альвеол; 4) в смене вдоха и выдоха.
52. Отрицательное давление в плевральной полости в основном обусловлено тем, что ... 1) лёгкие обладают эластической тягой; 2) растяжимость париетальной плевры больше, чем висцеральной; 3) плевральная полость замкнута; 4) плевральная полость не замкнута.
53. Поверхностное натяжение в альвеолах регулирует? 1) водяные пары; 2) кислород; 3) углекислый газ; 4) сурфактант.
54. Центральные хеморецепторы, участвующие в регуляции дыхания, локализируются? 1) в спинном мозге; 2) в продолговатом мозге и варолиевом мосту; 3) в коре большого мозга; 4) ретикулярной формации.
55. Физиологическое значение рефлекса Геринга-Брейра состоит в ... 1) прекращении вдоха при защитных дыхательных рефлексах; 2) регуляции соотношения глубины и частоты дыхания в зависимости от объёма лёгких; 3) увеличение частоты дыхания при повышении температуры тела; 4) смене фаз вдоха и выдоха.
56. В кольцевых мышцах бронхов находятся ... 1) бета - адренорецепторы; 2)

гистаминовые рецепторы; 3) М – холинорецепторы; 4) всё вышеперечисленное верно.

57. Просвет бронхов увеличивается при: 1) повышении тонуса блуждающих нервов; 2) понижении тонуса блуждающих нервов; 3) просвет бронхов не регулируется нервным путём; 4) понижении тонуса симпатических нервов.

58. Периферические хеморецепторы, участвующие в регуляции дыхания, в основном локализируются: 1) в кортиевом органе, дуге аорты, сонном синусе; 2) в дуге аорты, каротидном синусе; 3) в капиллярном русле, дуге аорты; 4) в дыхательных мышцах.

59. Эмоции выполняют функции: 1) пищевую, половую; 2) информационную; 3) социальную, пищевую; 4) информационную, сигнальную, регуляторную, компенсаторную.

60. Во время сна наблюдается ... 1) изменение вегетативных функций; 2) выключение сознания; 3) снижение тонуса скелетных мышц; 4) верны ответы – А, Б, В.

61. К специфическим тормозным нейронам относятся ... 1) нейроны чёрного вещества и красного ядра среднего мозга; 2) пирамидные клетки коры большого мозга; 3) нейроны ядра Дейтериса продолговатого мозга; 4) клетки Пуркинье и Реншоу.

62. За время рефлекса принимают время от начала действия раздражителя ... 1) до конца действия раздражителя; 2) до появления ответной реакции; 3) до достижения полезного приспособительного результата; 4) после завершения ответной реакции.

63. Для сильных эмоций характерно: 1) понижение сахара в крови; 2) расширение зрачков и бронхов, 3) возбуждение нервной симпатической системы, увеличение ЧСС, ЧД, АД; 4) всё вышеперечисленное верно.

64. В основу деления людей по типам нервной высшей деятельности И.П.Павлов положил свойства нервных процессов: 1) силу, подвижность, раздражимость; 2) пластичность, лабильность, утомляемость; 3) возбудимость, проводимость, лабильность; 4) раздражимость, проводимость.

65. Каких функциональных нейронов нет в природе? 1) промежуточных; 2) афферентных; 3) эфферентных; 4) физических.

66. Способность организма, органа, ткани или клетки отвечать на раздражение активной специфической реакцией, называется ... 1) раздражимость; 2) раздражение; 3) возбудимость; 4) возбуждение.

67. Раздражитель, сила которого выше чем сила порогового раздражителя, это? 1) надпороговый; 2) подпороговый; 3) пороговый; 4) максимальный.

68. Что понимается под длительностью процесса возбуждения: 1) интервал возбуждения; 2) время возбуждения; 3) скорость возбуждения; 4) волна возбуждения.

69. Раздражители, к энергии, которой наиболее чувствительны (по биологическому признаку)... 1) неадекватный; 2) адекватный; 3) химический; 4) электрические.

70. Раздражитель такой силы, который не вызывает видимых изменений, но обуславливает возникновение физико-химических сдвигов в возбудимых тканях это? 1) надпороговый; 2) подпороговый; 3) пороговый; 4) максимальный.

71. Наибольшей возбудимостью обладает: 1) секреторная ткань; 2) нерв; 3) сердечная мышца; 4) неисчерченная мышечная ткань.
72. Величина мембранного потенциала зависит в основном от неравномерного распределения снаружи и внутри клетки ионов: 1) калий; 2) натрий; 3) хлор; 4) кальций.
73. Потенциал действия обусловлен преимущественно пассивным транспортом в клетку ионов? 1) натрий; 2) калий; 3) хлора; 4) кальция.
74. Как называются клетки расположенные в синоаурикулярном узле сердца? 1) пейсмекеры; 2) портеры; 3) пейсеры; 4) паркеры.
75. Повышение тонуса блуждающих нервов не вызывает: 1) уменьшение силы сердечных сокращений; 2) уменьшения частоты сердечных сокращений; 3) уменьшение возбудимости сердца; 4) увеличение проводимости сердца.
76. Повышение тонуса симпатических нервов вызывает: 1) увеличение силы и частоты сердечных сокращений; 2) уменьшения частоты сердечных сокращений; 3) уменьшение возбудимости сердца; 4) уменьшение проводимости сердца.
77. Деятельность сердца не усиливает? 1) ионы кальция; 2) адреналин; 3) тироксин; 4) инсулин.
78. Деятельность сердца не тормозит? 1) ионы кальция; 2) ацетилхолин; 3) ионы калия; 4) брадикинин.
79. Один из факторов определяющих величину артериального давления? 1) просвет артериол; 2) венозный возврат; 3) тонус вен; 4) частота дыхания.
80. Основные факторы, определяющие величину периферического давления? 1) просвет артериол; 2) тонус прекапиллярных сфинктеров; 3) наличие мышечного слоя в стенках сосудов; 4) всё вышеперечисленное верно.
81. Главные сосудистые рефлексогенные зоны, в которых сконцентрированы барорецепторы, находятся в ... 1) головном мозге; 2) почках; 3) синокаротидной области и дуге аорты; 4) устье полых вен.
82. К сосудосуживающим веществам не относится? 1) катехоламины; 2) гистамин; 3) ренин; 4) серотонин.
83. Пептидный гормон – это ... 1) окситоцин; 2) прогестерон; 3) эстрогены; 4) тестостероны.
84. Стероидный гормон – это ... 1) катехоламины; 2) вазопрессин; 3) прогестерон; 4) гормоны гипоталамуса.
85. Гормон - производный аминокислот: 1) тироксин; 2) тестостерон; 3) эстроген; 4) окситоцин.
86. Полностью сформированная плацента становится источником гормонов, кроме ... 1) прогестерона; 2) эстрогенов и андрогенов; 3) катехоламинов; 4) хорионического гонадотропина.
87. Прогестерон плаценты не обладает следующим свойством? 1) стимулирует развитие молочных желёз; 2) угнетает тонус матки; 3) способствует росту плода; 4) повышает тонус матки.
88. Соматотропин обладает следующим эффектом: 1) действует на рост эпифизарных хрящей длинных костей; 2) увеличивает содержание глюкозы в крови; 3) увеличивает реабсорбцию воды в канальцевом аппарате нефроне; 4) усиливает секрецию ионов в дистальных канальцах нефронов.
89. К гонадотропинам не относятся? 1) фолликулостимулирующий; 2)

лютеинизирующий; 3) прогестерон; 4) лютеотропный.

90. В средней доле гипофиза вырабатывается: 1) мелатонин; 2) меланотропин; 3) вазопрессин; 4) окситоцин.

91. Слово «гормон» переводится с греческого языка как ... 1) «побуждающий к победе»; 2) «возбуждает поведение»; 3) «вперёд к действию»; 4) «побуждающий к действию».

92. Какой из ниже представленных структур мозга называют как – «дирижер гормонов»? 1) гипофиз; 2) гипоталамус; 3) эпифиз; 4) щитовидная железа.

93. Что относится к основным функциональным эффектам тиреоидных гормонов? 1) обеспечивают нормальные процессы роста, развития и дифференцировку тканей и органов, особенно ЦНС; 2) повышают теплообразование и температуру тела; 3) стимулируют процессы регенерации и заживления; 4) всё вышеперечисленное верно.

94. При недостаточной функции щитовидной железы (гипотиреоз) в детском возрасте возникает заболевание ... 1) микседема; 2) тиреотоксикоз; 3) кретинизм; 4) дальтонизм.

95. Каких два гормона вырабатываются в поджелудочной железе? 1) глюкагон и гликоген; 2) инсулин и гликолиз; 3) инсулин и адреналин; 4) инсулин и глюкагон.

96. Благодаря чему ЦНС постоянно получает информацию о внутреннем состоянии организма и внешнем мире? 1) нервным волокнам; 2) анализаторам; 3) синапсам; 4) медиаторам.

### **Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний**

*Ключи к тестовым заданиям.*

**Шкала оценивания** (за правильный ответ дается 1 балл)

«неудовлетворительно» – 50% и менее

«удовлетворительно» – 51-80%

«хорошо» – 81-90%

«отлично» – 91-100%

**Критерии оценки тестового материала по дисциплине**

**«Введение в профессию»:**

✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).

✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объёме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объёме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

#### **7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний бакалавров**

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Пропуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

### **Таблица перевода бально-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания**

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия бальных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета бально-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### **А) Основная литература**

**Белова, Л. В.** Спортивная медицина: учебное пособие / Л. В. Белова. - Ставрополь: СКФУ, 2016. - 149 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/155305> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

**Миллер, Л. Л.** Спортивная медицина: учебное пособие / Л. Л. Миллер. - Москва: Человек, 2015. - 184 с. - ISBN 978-5-906131-47-8. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/915408> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

**Ромашин, О. В.** Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины: учебное пособие / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю. Преображенский; под редакцией К. В. Лядова. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2019. - 132 с. - ISBN 978-5-8114-4565-3. - URL: <https://e.lanbook.com/book/125730> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

**Спортивная медицина:** учебно-методическое пособие / составители В. М. Ериков, А. А. Никулин. - Рязань: РГУ имени С.А.Есенина, 2017. - 112 с. - ISBN 978-5-906987-06-8. - URL: <https://e.lanbook.com/book/164524> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

### **Б) Дополнительная литература**

Курепина, М. М., Ожигова, А. П. и др. Анатомия человека : учебник для вузов / М. М. Курепина, А. П. Ожигова, А. А. Никитина .- М. : Владос , 2008 .- 383 с. : рис.

Лушпа, Л. Г.. Курс лекций по анатомии : учеб. пособие / Л. Г. Лушпа ; Кемеровский гос. ун-т .- Кемерово : Кузбассвуиздат , 2007 .- 164 с

Биология. Анатомия и физиология человека [Электронный ресурс]: Мультимедийное учебное пособие, 2006.- 3 эл. опт. диск (CD-ROM).

### **В) ЭБС**

Медицинская библиотека BooksMed – <http://www.booksmed.com/anatomy>;

([www.bibliokomplektator.ru](http://www.bibliokomplektator.ru)) <http://кчгу.рф/wp-content/> ЭБС библиокомплектатор

<http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (доступ свободный)

## **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

Медицинская информационная сеть – <http://www.medic.inform.net/human/> anatomy;

Интернет-ресурсы по физиологии - <http://kineziolog.bodhy.ru>;

Библиотека информации по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>

## 9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

## 10. требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

### 10.1. Общесистемные требования

*Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»*

<http://kchgu.ru> - адрес официального сайта университета

<https://do.kchgu.ru> - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

*Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)*

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2021 / 2022 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25 марта 2021г.	с 30.03.2021 г по 30.03.2022 г.
	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № СЭБ НВ-294 от 1 декабря 2020 года.	Бессрочный
2021 /2022 учебный год	Электронная библиотека КЧГУ (Э.Б.).Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г.Протокол № 1). Электронный адрес: <a href="https://kchgu.ru/biblioteka">https://kchgu.ru/biblioteka</a> - <a href="http://kchgu.ru">kchgu.ru</a>	Бессрочный

<p>2021 / 2022 Учебный год</p>	<p>Электронно-библиотечные системы:          Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» - <a href="https://www.elibrary.ru">https://www.elibrary.ru</a>.          Лицензионное соглашение №15646 от 01.08.2014г. Бесплатно.          Национальная электронная библиотека (НЭБ) – <a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a>. Договор №101/НЭБ/1391 от 22.03.2016г. Бесплатно.          Электронный ресурс «Polred.com Обзор СМИ» – <a href="https://polpred.com">https://polpred.com</a>. Соглашение. Бесплатно.</p>	<p>Бессрочно</p>
------------------------------------	---	------------------

### 10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

**369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 3, ауд. 94**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, занятий по практикам, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Специализированная мебель:

столы ученические, стулья, доска меловая.

Технические средства обучения: переносной экран настенный с электроприводом, проектор, ноутбук.

Учебная аудитория для **самостоятельной работы** обучающихся.

Специализированная мебель:

столы ученические, стулья, доска маркерная.

Технические средства обучения: переносной экран настенный с электроприводом, проектор, ноутбук.

**369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 3, ауд. 98**

<p>Учебная аудитория для самостоятельной работы обучающихся.  <i>Специализированная мебель:</i>          столы ученические, стулья, доска маркерная.  <i>Технические средства обучения:</i> персональные компьютеры с подключением к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета, переносной экран настенный с электроприводом, проектор, ноутбук.  <i>Лицензионное программное обеспечение:</i>          – Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная          – Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная          – ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная          – Calculate Linux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная          – Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная          – Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 0E26-170203-103503-237-90), с 02.03.2017 по 02.03.2019г.          – Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 0E26-190214-143423-910-82), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.          – Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 03.03.2021 по 04.03.2023г.          – Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 1C12-230131-040105-990-2679), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.</p>	<p>369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 3, ауд. 98</p>
--	--



### ***10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения***

1. ABBY FineReader (лицензия №FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
2. Calculate Linux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
3. GNU Image Manipulation Program (GIMP) (лицензия: №GNU GPLv3), бессрочная.
4. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
5. KasperskyEndpointSecurity (Лицензия № 0E2619021414342391082), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.
6. KasperskyEndpointSecurity (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 03.03.2021 по 04.03.2023г.
7. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 1C12-230131-040105-990-2679), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.
8. Microsoft Office (лицензия №60127446), бессрочная.
9. Microsoft Windows (лицензия №60290784), бессрочная.

### ***10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы***

#### **Современные профессиональные базы данных**

1. Федеральный портал «Российское образование»- <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir  
<http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.

#### **Информационные справочные системы**

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) –<http://edu.ru>.
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

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

В группах, в состав которых входят студенты с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий создается гибкая, вариативная организационно-методическая система обучения, адекватная образовательным потребностям данной категории обучающихся, которая позволяет не только обеспечить преемственность систем общего (инклюзивного) и высшего образования, но и будет способствовать формированию у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, ускорит темпы профессионального становления, а также будет способствовать их социальной адаптации.

В процессе преподавания учебной дисциплины создается на каждом занятии толерантная социокультурная среда, необходимая для формирования у всех обучающихся гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности к полноценному общению, сотрудничеству, способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия, в том числе и характерные для обучающихся с ОВЗ.

Посредством совместной, индивидуальной и групповой работы формируется у всех обучающихся активная жизненная позиция и развитие способности жить в мире разных людей и идей, а также обеспечивается соблюдение обучающимися их прав и свобод и признание права другого человека, в том числе и обучающихся с ОВЗ на такие же права.

В процессе овладения обучающимися с ОВЗ компетенциями, предусмотренными рабочей программой дисциплины преподаватель руководствуется следующими принципами построения инклюзивного образовательного пространства:

– **Принцип индивидуального подхода**, предполагающий выбор форм, технологий, методов и средств обучения и воспитания с учетом индивидуальных образовательных потребностей каждого из обучающихся с ОВЗ, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

– **Принцип вариативной развивающей среды**, который предполагает наличие в процессе проведения учебных занятий и самостоятельной работы обучающихся необходимых развивающих и дидактических пособий, средств обучения, а также организацию безбарьерной среды, с учетом структуры нарушения в развитии (нарушения опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха и др.).

– **Принцип вариативной методической базы**, предполагающий возможность и способность использования преподавателем в процессе овладения обучающимися с ОВЗ данной учебной дисциплиной, технологий, методов и средств работы из смежных областей, применение методик и приемов тифло-, сурдо-, логопедии.

– **Принцип самостоятельной активности обучающихся с ОВЗ**, предполагающий обеспечение самостоятельной познавательной активности данной категории обучающихся посредством дополнения раздела РПД «Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине» заданиями, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий осуществляется учет наиболее типичных проявлений психоэмоционального развития, поведенческих особенностей, свойственных обучающимся с ОВЗ: повышенной утомляемости, инертности эмоциональных реакций, нарушений психомоторной сферы, недостаточное развитие вербальных и невербальных форм коммуникации. В отдельных случаях учитывается их склонность к перепадам настроения, аффективность поведения, повышенный уровень тревожности, склонность к проявлениям агрессии, негативизма.

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе учебных занятий используются технологии, направленные на диагностику уровня и темпов профессионального становления обучающихся с ОВЗ, а также технологии мониторинга степени успешности формирования у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО при изучении данной учебной дисциплины, используя с этой целью специальные оценочные материалы и формы проведения промежуточной и итоговой аттестации, специальные технические средства, предоставляя обучающимся с ОВЗ дополнительное время для подготовки ответов, привлекая тьюторов).

Материально-техническая база для реализации программы:

1. Мультимедийные средства:

- интерактивные доски «Smart Board», «Toshiba»;
- экраны проекционные на штативе 280\*120;
- мультимедиа-проекторы Epson, Benq, Mitsubishi, Aser;

2. Презентационное оборудование:

- радиосистемы AKG, Shure, Quik;
- видеоконференц-комплекты Microsoft, Logitech;
- микрофоны беспроводные;
- класс компьютерный мультимедийный на 21 мест;
- ноутбуки Aser, Toshiba, Asus, HP;

Наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения: имеются рабочие места, оборудованные рельефно-точечными клавиатурами (шрифт Брайля), программное обеспечение NVDA с функцией синтезатора речи, видеоувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером Распределение специализированного оборудования.

## 12. Лист регистрации

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПОП	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПОП	Дата введения изменений
Включить в РПД и РПП, программы ГИА Договор на электронно-библиотечную систему «Лань». (Договор № сзб нв – 294 от 1 декабря 2020г.). Бессрочный.	24.11.2020 г. протокол №3	03.12.2020 г., протокол № 2	03.12.2020г.
Обновлены указанные в РПД и РПП, программах ГИА договоры: 1. на предоставление доступа к электронно-библиотечным системам : Электронно-библиотечная система «Знаниум», договор № 51 84 эбс от 25марта 2021г.(срок действия с 30 марта 2021г. по 30 марта 2022г); 2.на лицензионное программное обеспечение –Kaspersky Endpoint Secunty (лицензия № 280E2102100934034202061), с 10.02.2021 по 03.03.2023 г.	26.02.2021 г. протокол № 5	31.03.2021г., протокол №6	31.03.2021г.
Обновлены компетенции в соответствии с приказом МОН от 26.11.2020г. № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования» (Зарегистрирован Минюстом РФ 27.05.2021г. №63650)	31.05.2021 г. протокол № 5	30.06.2021г., протокол № 8	30.06.2021 г.
Обновлены договоры: 1. На антивирус Касперского. (Договор №56/2023 от 25 января 2023 г.). Действует до 03.03.2025г. 2.Договор № 915 ЭБС ООО «Знаниум» от 12.05.2023г. Действует до 15.05.2024г.	Протокол №7 от 27.06.2023г.	Протокол №8 от 29.06.2023г.	

**Решение кафедры ТОФК и туризма:** Зарегистрированные изменения учтены при составлении РПД, протокол №10 от 30.06.2023 г.