

**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

УТВЕРЖДАЮ

И. о. проректора по УР

М. Х. Чанкаев

«30» апреля 2025 г., протокол № 8

Рабочая программа дисциплины

**Современные технологии исследования
здравья 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, 2025

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

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 №126, на основании учебного плана подготовки магистров по направлению 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) программы «Физическая культура в образовательных организациях», локальных актов КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры ТОФК и туризма на 2025-2026 учебный год, протокол №8 от 25 апреля 2025 г.

Оглавление

1. Наименование дисциплины (модуля):	4
2. Место дисциплины (модуля) 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	
6. Основные формы учебной работы и образовательные технологии, используемые при реализации образовательной программы	12
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	15
7.1. Индикаторы оценивания сформированности компетенций	15
7.2. Перевод балльно-рейтинговых показателей внутренней системы оценки качества подготовки обучающихся в отметки традиционной системы оценивания.....	17
7.3. Типовые контрольные вопросы и задания, необходимые для оценивания сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины	17
7.3.1. Перечень вопросов для зачета/экзамена	17
7.3.2. Устные темы для коммуникативного общения.....	17
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	22
8.1. Основная литература:	22
8.2. Дополнительная литература:	22
9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля).....	23
9.1. Общесистемные требования.....	23
9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины	24
9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения.....	24
9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы	
25	
10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	25
11. Лист регистрации изменений	25

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, действующих 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
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
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	Знать: 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.</p> <p>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>Уметь: выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния</p> <p>Владеть: методикой оказания первой доврачебной помощи пострадавшим в процессе занятий;</p>
ПК-2:	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>Знать: 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>Уметь: 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>Владеть: 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

Общая трудоемкость дисциплины	144	144
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):	36	8
в том числе:		
лекции	18	2
семинары, практические занятия	18	6
практикумы		
лабораторные работы		
Внеаудиторная работа:		
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 творческая работа (эссе)		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	108	108
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	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	Рефера-т
7	Современные взгляды 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	Рефера-т

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 нахождении 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 принятия.

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 оценивания			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-2					
Базовый	Знать: 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		медицинско-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся. методы медико-биологического контроля состояния занимающихся

	Уметь: выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния	самостоятельно получать знания для решения задач творческого характера, повышенной сложности		сделать выводы по излагаемому материалу	продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала
	Владеть: 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	Знать: медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в избранном виде спорта,				
	Уметь: организовывать процесс занятий физической культуры на основе знаний санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта		вносить соответствующие корректизы в процесс занятий. методами медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся	правильно формулировать определения; продемонстрировать умения самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой	
	Владеть:		навыками использования информации медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и		медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся. методы медико-биологического контроля состояния занимающихся
ПК-2					
Базовый	Знать: средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола,	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

	профессионально й деятельности и психофизического состояния				
	Уметь: выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессионально й деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся.	выбирать адекватную теорию и технологию для решения научных проблем	ориентироваться многообразии педагогических концепций	в Выбирать средства и методы занятий физической культурой на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся	уметь сделать выводы по излагаемому материалу
	Владеть: 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 нормативно- правовой литературой
Повышенный	Знать: возрастные особенности, о психофизических состояниях занимающихся.	подходов к основные средства построению системы и методы непрерывного профессионального образования	физического воспитания и спорта и их внедрения в педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний.		последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал;
	Уметь: осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний в области физической культуры и спорта.		оценивать и интерпретировать различные педагогические факты и явления; применять практической деятельности инновационные педагогические идеи	использовать основные положения и методы педагогической науки при решении социальных и профессиональных задач	правильно формулировать определения;
	Владеть: навыками составления отчетной документации по				навыками составления отчетной документации по

педагогической деятельности на различных этапах подготовки.				педагогической 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 взгляды 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 Бально-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 коэффициенту	отметки
-----------------------------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	---------------------------	---------

Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-
									«хорошо»
									«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 засчитано". 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

1. **Белова, Л. В.** Спортивная медицина: учебное пособие / Л. В. Белова. - Ставрополь: СКФУ, 2016. - 149 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/155305> (дата обращения: 05.06.2023). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
2. **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: 04.06.2023). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
3. **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: 05.06.2023). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
4. **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: 05.06.2023). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

Б) Дополнительная литература

- Соколовская, С. В.** Психология физической культуры и спорта: учебное пособие для вузов / С. В. Соколовская. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 144 с. - ISBN 978-5-8114-8261-0. - URL: <https://e.lanbook.com/book/173808>
- Социология: история, теория, методология, практика:** учебник / под научной редакцией В. А. Чигрина, И. И. Кального. - Москва: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2020. - 348 с. - ISBN 978-5-9558-0572-6. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1063742>
- Степанова, О. Н.** Маркетинг и маркетинговые коммуникации в деятельности физкультурно-спортивных организаций в 2 ч. Ч. I: учебное пособие / О. Н. Степанова. - Москва: МПГУ, 2012. - 224 с. ISBN 978-5-7042-2363-4. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/758107>
- Степанова, О. Н.** Маркетинг и маркетинговые коммуникации в деятельности физкультурно-спортивных организаций в 2 ч. Ч. 2: учебное пособие / О. Н. Степанова. - Москва: Прометей, 2013. - 268 с. ISBN 978-5-7042-2462-4. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/536504>
- Сухинина, К. В.** Двигательная активность как фактор психофизиологического здоровья студентов: учебное пособие / К. В. Сухинина. - Иркутск: ИГУ, 2019. - 114 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/155043>
- Сухинина, К. В.** Основные физиологические и педагогические аспекты физической культуры и спорта: учебное пособие / К. В. Сухинина, А. Н. Павлов, О. А. Ницина. - Иркутск : ИГУ, 2019. - 83 с. - ISBN 978-5-907095-76-2. - URL: <https://e.lanbook.com/book/155042>

9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

9.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: <http://kchgu.ru>.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: <https://do.kchgu.ru>.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 249 эбс от 14.05.2025 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 14.05.2025 г. до 14.05.2026 г.
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025 г. до 11.02.2026 г.
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2025-2026 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22.02.2023 г.	Бессрочный

	Электронный адрес: http://rusneb.ru	
2025-2026 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2025-2026 учебный год	Электронный ресурс Polpred.com Обзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в учебных аудиториях, предназначенных для проведения занятий лекционного и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с расписанием занятий по образовательной программе. С описанием оснащенности аудиторий можно ознакомиться на сайте университета, в разделе материально-технического обеспечения и оснащенности образовательного процесса по адресу: <https://kchgu.ru/sveden/objects/>

9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

- Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная;
- Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная;
- ABBY FineReader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная;
- CalculateLinux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная;
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная;
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.;
- Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025 г. Срок действия лицензии с 27.02.2025 г. по 07.03.2027 г.

9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

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 Elsevier <http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) –<http://edu.ru>.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window.edu.ru>.

10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с

ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

11. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения:

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО